

AKASHA SOURCE CODE

Die Echtzeit-Transformation deines Lebens

TIMELINE- SPRUNG

WÄHLE DIE VERSION,
DIE SCHON ALLES HAT



E-BOOK

TIMELINE SPRUNG

Wähle die Version, die schon alles hat

Dieses Kausalschlüssel führt dich in das Gesetz des Timeline-Sprungs ein. Statt auf Ergebnisse im Außen zu warten, wählst du **im Jetzt** die Identität, die diese Ergebnisse ganz von selbst hervorbringt. Dein Selbstbild ist der stille Regler für deine Aufmerksamkeit, deine Sprache und deine täglichen Entscheidungen.

Du erhältst ein klares Wirkmodell, reine Spielregeln und einen leichten Start, der sofort echte Beweise in deinem Leben erschafft. Dein „Ich bin“ wird so präzise ausgerichtet, dass deine Handlungen fließen und deine Schöpfungskraft absolut rein wird.

01	02	03
Das Prinzip	Die Sprache	Die Praxis
Identität wählen statt auf Ergebnisse warten, die Kausalebene aktivieren	Deine „Ich bin“-Signatur bauen und im Körper verankern	Fokus-Prompts, Tagesrhythmus und mentale Protokolle der 8. Dimension
04	05	
Die Verkörperung	Die Meisterschaft	
Vom Kopf in den Körper – somatische Anker und Umfeld-Design	Der 21-Tage-Plan und dauerhafte Skalierung deiner Schöpferkraft	

„Ich BIN der Ursprung meiner Welt. Ich warte nicht mehr auf die Zukunft, sondern ich verkörpere sie im Hier und Jetzt. Die 8. Dimension ist meine Normalität.“ — Yvonne

*In unendlicher Liebe, Klarheit und Schöpfungskraft · Yvonne · 12 Jahre Meisterschaft · Akashachronik-
ausbildung.de*

KAPITEL 1

🔑 Die Kernidee: Identität wählen statt auf Ergebnisse warten

Das Jagen nach Zielen im Außen erschöpft dich. Die bewusste Wahl deiner Identität bündelt deine Schöpfungskraft. Anstatt zu sagen: „Wenn ich mein Ziel erreicht habe, dann bin ich glücklich“, drehst du die Logik radikal um: „**Ich bin bereits die erfüllte Version. Deshalb handle ich so und ziehe die Ergebnisse ganz natürlich an.**“

Der alte Weg – Mangel-Fokus

Du starrst nur auf Zahlen und Ziele. Deine Motivation schwankt ständig und deine Handlungen fühlen sich schwer und zäh an. Jeder Misserfolg bestätigt das alte Bild von dir selbst. Du wartest auf Erlaubnis von außen.

Der neue Weg – Schöpfer-Fokus

Du verankerst dich in deinem neuen Selbstbild. Deine Sprache und deine Entscheidungen werden klar. Deine Handlungen fließen in Leichtigkeit. Du bist bereits die Version, die alles hat – und handelst entsprechend.

Deine „**Ich bin**“-**Signatur** ist der goldene Satz, der dein gewähltes Selbstbild im Hier und Jetzt verkörpert. Du nutzt diesen energetischen Hebel ganz bewusst.

Das 4B-Framework der Kausalebene

1

Bestimmen

Wähle die Identität der Version von dir, die dein Ziel bereits lebt. Sei dabei so präzise und konkret wie möglich.

2

Benennen

Formuliere eine präzise „Ich bin“-Signatur – ohne Zukunft, ohne Zweifel, nur im reinen Jetzt.

3

Bewegen

Setze jeden Tag eine kleine, liebevolle Handlung um, die zu deinem neuen Ich passt und es im Außen sichtbar macht.

4

Belegen

Nimm die Beweise und Wunder im Außen wahr und stärke damit täglich dein neues Selbstbild.

Beispiele für deine Neuausrichtung

👜 Beruf

„Ich bin die Schöpferin, die jeden Morgen ihre kraftvollste Energie fließen lässt.“

❤️ Beziehungen

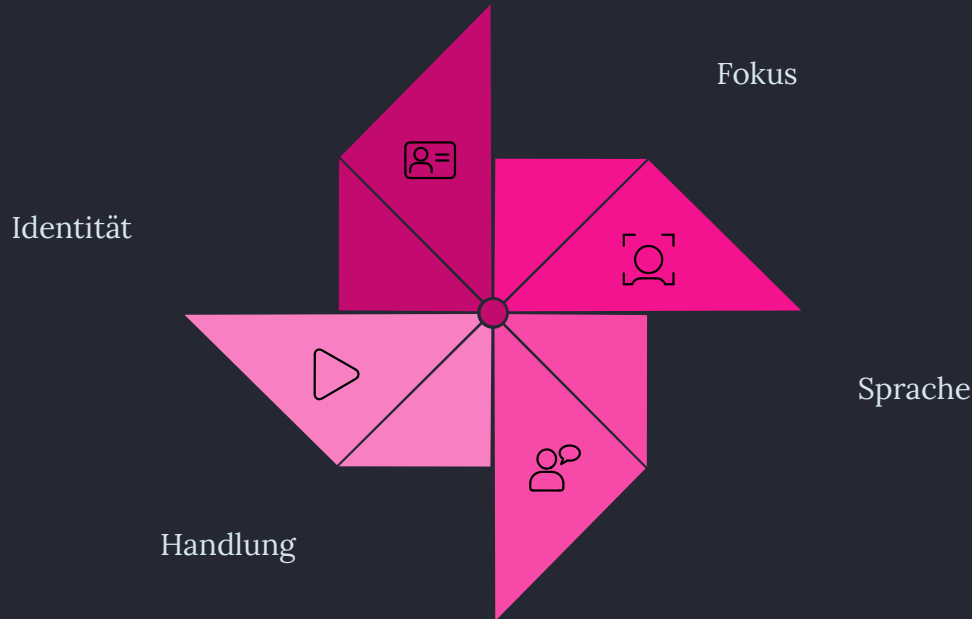
„Ich bin präsent und kläre jede Schwingung in Klarheit und Liebe.“

💰 Fülle

„Ich bin der Ursprung meines Wohlstands und lenke meine Ressourcen voller Weisheit.“

⚡ Das Wirkmodell: Die Schöpfungsspirale

Die Schöpfung verläuft in einer fließenden Spirale, die sich selbst verstärkt. Jeder Schritt baut auf dem vorherigen auf und erzeugt automatisch den nächsten. Wenn du die Kausalebene einmal verstehst, wirst du nie wieder auf alten Wegen gehen wollen.



Deine **Identität** bestimmt von innen heraus, was für dich wahr ist. Dein **Fokus** richtet sich automatisch auf neue Chancen und Möglichkeiten aus. Deine **Sprache** codiert deine neue Realität und verändert deine Schwingung. Deine **Handlungen** sind kleine, klare Schritte, die sich leicht wiederholen lassen. Deine **Evidenz** – die sichtbaren Beweise – bestätigt und verstärkt dein neues Sein.

Was passiert, wenn der Fluss unterbrochen ist?

Identität ohne Fokus

Deine Energie verpufft, weil dir die klare Richtung fehlt. Du weißt, wer du sein willst, aber deine Aufmerksamkeit schweift ständig ab.

Fokus ohne Sprache

Deine Klarheit bleibt nur in dir. Dein Umfeld kann deine neue Frequenz nicht wahrnehmen und spiegelt weiterhin das alte Bild zurück.

Sprache ohne Handlung

Worte ohne Taten schwächen deine eigene Schöpferkraft. Der Verstand verliert das Vertrauen, wenn Aussagen nicht in Erfahrungen münden.

Handlung ohne Evidenz

Du bist zwar beschäftigt, aber du erschaffst keine echte Veränderung – weil du die Beweise deines Wachstums nicht bewusst wahrnimmst und feierst.

⚖ Die goldenen Spielregeln

Der Timeline-Sprung ist kein bloßes Wunschdenken, sondern pures **Entscheidungsdesign der Kausalebene**. Drei einfache Spielregeln halten deine Energie hoch und rein:



Realitätsbezug

Nutze deine jetzige Energie und Zeit als deinen optimalen Startpunkt. Plane deine Schritte lieber klein und fein, anstatt dich zu übernehmen. Der Ausgangspunkt ist heilig, er ist der Ort, von dem aus du springst.



Ethik

Deine Schöpferkraft dient dem Wohl aller. Es gibt keinen Druck und keine Manipulation. In Beziehungen zählen Wahrheit und klare Grenzen. Im Beruf zählen Fairness und echte Werte.



Klarheit

Wähle Handlungen, die du wirklich im Alltag sehen und spüren kannst. „Ich schreibe heute einer Wunsch-Kundin“ ist klarer als „Ich muss mehr netzwerken“ – und deshalb unendlich kraftvoller.

Dein Tagesrhythmus & Werkzeuge der Kausalebene

Ein leichter, täglicher Rhythmus ist viel kraftvoller als kurze, anstrengende Phasen. So verankerst du deine neue Zeitlinie **Tag für Tag** – in weniger als 20 Minuten täglich.

☀️ Morgens · 5–10 Min.

Atme tief durch. Verbinde dich mit der Kausalebene. Wähle deine „Ich bin“-Signatur für den Tag und lege eine kleine Mikro-Handlung fest.

1

2

☀️ Mittags · 2 Min.

Halte kurz inne. Bist du noch in deiner Schöpfer-Energie? Wenn nicht, richte dich mit deinem Sprachcode einfach neu aus – ohne Selbstkritik.

🌙 Abends · 5 Min.

Feiere deine Beweise. Was hat heute deine neue Identität bestätigt? Nimm das Gefühl der Erfüllung bewusst mit in deinen Schlaf.

3

Deine Werkzeuge der Kausalebene

Um deine neue Realität im Alltag stabil zu halten, nutzt du vier einfache Werkzeuge. Sie dienen dir als energetische Anker, die deinen Timeline-Sprung täglich bekräftigen.



Sprachcodes

Platziere Vorlagen wie „Ich bin... daher wähle ich...“ gut sichtbar an deinem Arbeitsplatz oder auf deinem Handy.



Fokus-Prompts

Nutze tägliche Fragen: „Was ist heute mein wichtigster Beweis?“ oder „Was lasse ich jetzt bewusst los?“



Beweisspeicher

Ein einfaches Journal oder Karteikarten. Notiere täglich kurz das Datum, deine neue Identität und den erlebten Beweis.



Fokus-Timer

Bewusste Zeitfenster von 25–90 Minuten, in denen alle Benachrichtigungen ausgeschaltet sind und du ganz in deiner Schöpferkraft wirkst.

⚡ Das 5-Minuten-Startprotokoll

Gehe jetzt innerhalb von nur fünf Minuten von der bloßen Absicht zur spürbaren Realität:

1

60 Sek. Atmen

6 tiefe Atemzüge. 4 Sek. ein, 1 Sek. halten, 6 Sek. aus. Schultern sinken lassen.

2

60 Sek. Wählen

Flüstere: „Heute bin ich die Version, die...“ – wähle bewusst deine Identität für diesen Tag.

3

60 Sek. Verkörpern

Sprich laut: „Ich BIN [Identität]. Daher richte ich meine Energie auf [Aufgabe].“

4

120 Sek. Handeln

Führe die kleinste Handlung sofort aus und halte das Ergebnis kurz schriftlich fest.



📅 **Dein Beweis-Logbuch:** Datum — Identität — Mikrohandlung — Ergebnis/Beweis — Nächster Impuls. Wenn du dich einmal blockiert fühlst: Wähle eine noch kleinere Handlung, die nur 30–120 Sekunden dauert. Zähle laut rückwärts: 5, 4, 3, 2, 1 – und leg einfach los.

KAPITEL 2

Standortbestimmung & Zielidentität

In diesem Kapitel schaffst du absolute Klarheit darüber, **wo du gerade stehst** und auf welche Version deines Lebens du dich ausrichten willst. Du durchleuchtest deine aktuellen Lebensbereiche, erkennst hinderliche Muster und formst deine glasklare Zielidentität – inklusive deiner unumstößlichen Standards. Das ist dein Navigationssystem für den Timeline-Sprung.

1. Der IST-Scan: Rollen, Werte und Selbstsätze

Nimm dir 20–30 Minuten Zeit, um ein ehrliches und klares Bild deines jetzigen Seins zu zeichnen. Dieser Scan ist keine Kritik – er ist dein präziser Ausgangspunkt auf der Kausalebene.

1	Deine Rollen (Max. 6) Beruf (z. B. Gründerin, Mentorin), Privat (z. B. Partnerin, Mutter), Selbstführung (z. B. Schöpferin, Sportlerin). Notiere jede Rolle mit: „Wozu fülle ich diese Rolle aus?“
2	Deine Top-5-Werte Wähle die Werte, die aktuell am wichtigsten sind (z. B. Klarheit, Freiheit, Verbundenheit, Leichtigkeit, Fülle). Ordne sie und frage: „Woran erkennt man diesen Wert in meinem Alltag?“
3	Dominante Selbstsätze Förderlich: „Ich finde immer eine Lösung.“ – Hinderlich: „Ich bin so chaotisch.“ Welche Sätze hast du in den letzten 2 Wochen am häufigsten zu dir selbst gesagt?
4	Dein Energie-Score Bewerte jede Rolle auf einer Skala 1–10. Wie viel Energie gibt dir diese Rolle aktuell? Alle Werte unter 6 brauchen jetzt deine liebevolle Aufmerksamkeit.
5	Deine Alltagssprache Streiche Worte wie „ich muss“ oder „ich sollte“. Ersetze sie durch: „Ich wähle“, „Ich entscheide“, „Ich BIN“ – die Schöpfer-Sprache der Kausalebene.

2. Die Gap-Karte: Die 3 Kernunterschiede

Richte deinen Fokus auf genau drei Unterschiede zwischen deinem jetzigen Ich und deiner Zielversion. Weniger ist hier mehr – Präzision schlägt Vollständigkeit.

Dimension	Jetzt (5D)	Zielversion (8D)	Erster Beweis
Verhalten	Ich schiebe schwierige Aufgaben oft auf	Ich erledige das Wichtigste direkt am Morgen	Täglich eine klare Mikrohandlung für 7 Tage
Sprache	„Ich versuche das mal zu schaffen“	„Ich entscheide mich dafür und setze es um“	Ich spreche Zusagen nur noch in Schöpferform aus
Standards	Ständig über das Handy erreichbar	Fokuszeiten am Vormittag schützen	Handy bis 11:30 Uhr im Flugmodus

3. Deine Zielidentität: Name, Prinzipien & Standards

Der Name deiner neuen Version

Finde einen kurzen, bildhaften Namen für dein neues Ich (2–3 Worte).
 Beispiele: „Klare Schöpferin“, „Ruhiger Fülle-Magnet“, „Fokussierte Leaderin“.

Der Test: Sprich den Namen laut aus. Fühlt er sich wahr, groß und fließend an?

Deine Prinzipien (3–5)

- Klarheit geht vor Schnelligkeit
- Liebe und Wertschätzung sind mein Fundament
- Meine Energie ist mein höchstes Gut
- Fülle ist meine natürliche Schwingung

Deine Standards (Max. 5)

Kleine, sichtbare Leitplanken, die du täglich überprüfen kannst:

- **Fokus:** Täglich ein bewusster Schöpfungsblock ohne Ablenkung
- **Erholung:** Mindestens 8 Stunden erholsamer Schlaf
- **Kommunikation:** Zusagen nur noch bei einem klaren inneren „Ja“
- **Finanzen:** Einmal pro Woche ein freudiger Blick auf die wachsenden Einnahmen

„Ich BIN [Name]. Daher [Prinzip 1], [Prinzip 2] und [Prinzip 3].“ – **Dein Schöpfer-Satz der 8. Dimension**

Das Barrieren-Inventar & deine Evidenzkanäle

Auf deinem Weg zum Timeline-Sprung können alte Gewohnheiten oder Zweifel auftauchen. Mit dem **3T-Scan der Kausalebene** erkennst und transformierst du diese Bremsen sofort im Ursprung, bevor sie deine Energie herabsetzen können.

Thoughts — Alte Programme entlarven

Achte auf Sätze mit „ich muss immer“, „ich werde nie“ oder „ich sollte“. Die Transformation gelingt mit einem Frequenz-Experiment: „*Auch wenn [alter Satz] in mir auftaucht, wähle ich jetzt [Mikrohandlung], um meine [neue Identität] zu verkörpern.*“ Ein Beispiel: „Auch wenn ich mich gerade chaotisch fühle, wähle ich ein 5-Minuten-Abschlussritual, um meine Klarheit im Raum zu verankern.“

Triggers — Reaktionsmuster unterbrechen

Bestimmte Uhrzeiten, Orte, Personen oder Apps ziehen dich automatisch in alte Muster zurück. Die Transformation: Nutze klare WENN-DANN-Codes. Beispiel: „WENN ich morgens mein Handy vor 11:30 Uhr öffnen will, DANN lege ich es sofort zur Seite und atme dreimal tief durch, um meinen Fokus-Raum zu schützen.“

Terrain — Deinen Raum energetisch ausrichten

Sog erzeugen (Für das Neue): Ein vorbereitetes Notizbuch, ein frisches Glas Wasser, sichtbare Sprachcodes. **Reibung erhöhen (Für das Alte):** Benachrichtigungen ausschalten, ablenkende Apps sperren oder auslagern. Dein Umfeld sollte deinen Timeline-Sprung unterstützen – nicht bremsen.

Das soziale Feld — Klarheit in Beziehungen

Teile deinen Liebsten deine neuen Fokuszeiten liebevoll und klar mit. Wähle eine Vertrauensperson für einen kurzen wöchentlichen Austausch (10 Minuten), um gemeinsam eure Fortschritte zu feiern.

Energetische Notfallkarte: Falls du in alte Muster abgerutscht bist → **Atmen** (60 Sek.) → **Abschließen** (2 Min., aktuelle Ablenkung beenden) → **Neu ausrichten** (2 Min., kleinste Mikrohandlung). Dein Sprachcode: „Ich bin genau jetzt wieder auf meiner gewählten Zeitlinie. Keine Energie ist verloren.“

5. Die Evidenzkanäle: Woran du deinen Fortschritt erkennst

In der 8. Dimension warten wir nicht auf ferne Ergebnisse. Wir machen die Veränderung sofort im Alltag sichtbar – durch zwei Arten von Signalen:

Führende Signale — Dein Schöpfer-Einsatz

- Wie viele Fokus-Blöcke hast du diese Woche bewusst gelebt?
- Wie oft hast du deine Sprachcodes laut ausgesprochen?
- Hast du deine täglichen Mikrohandlungen umgesetzt?

Nachlaufende Signale — Die Ernte im Außen

- Welche Aufgaben hast du erfolgreich in Leichtigkeit abgeschlossen?
- Welches positive Feedback hast du aus deinem Umfeld erhalten?
- Wie viel ruhiger und erfüllter fühlst du dich in deinem Körper?

Zusammenfassung deines Navigationssystems

- Der **IST-Scan** zeigt dir ganz ehrlich, wo du heute stehst.
- Die **Gap-Karte** lenkt deine Aufmerksamkeit auf die 3 wichtigsten Hebel.
- Deine **Zielidentität** gibt dir einen klaren Namen und kraftvolle Lebensprinzipien.
- Das **Barrieren-Inventar** entschärft alte Muster, noch bevor sie dich bremsen können.
- Deine **Evidenzkanäle** machen deinen inneren Wandel im Außen sichtbar.



Sprachcodes: Deine „Ich bin“-Signatur bauen

Worte sind reine Schwingungsträger. Deine Sprache lenkt dein gesamtes System und bestimmt, welche Realität du heute erfährst. In diesem Kapitel baust du deine präzise „Ich bin“-Signatur – die Gegenwart, Klarheit und Verkörperung in sich trägt. So wird deine neue Identität von einem fernen Wunsch zu einer gelebten Wahrheit.



Der Baukasten der Sprachcodes

1. Gegenwartsform — Das reine Jetzt

Sprich immer im absoluten Jetzt: „Ich BIN...“, „Ich wähle...“, „Ich entscheide...“. Vermeide: „Ich werde“, „Ich möchte“, „Ich versuche“. Die Zukunft existiert auf der Kausalebene nicht – nur das Jetzt erschafft.

2. Konkretion — Die glasklare Formel

Verbinde deine Identität mit einer sichtbaren Handlung. Vage: „Ich möchte produktiver sein.“ Stark: „Ich bin die fokussierte Schöpferin, die jeden Morgen um 9 Uhr eine Stunde in ihrer reinsten Energie wirkt.“

3. Verkörperung — Das Gefühl im Körper

Ein wahrer Sprachcode löst sofort Ruhe, Weite und Erleichterung aus. Der Körper-Check: 2 tiefe Atemzüge, Schultern sinken lassen. Wenn sich dein Herzraum weit anfühlt, ist der Satz perfekt.



Die 3 Ebenen deiner Signatur

Eine kraftvolle Signatur der 8. Dimension verbindet drei Ebenen zu einer Einheit:

Identität

Wer du im Kern bist — z. B. „klare Entscheiderin“, „präsender Partner“

Prozess

Wie du handelst — z. B. „ich treffe meine Wahl aus dem Herzen“

Beweis

Woran man es sieht — z. B. „ich setze es sofort im Alltag um“

☐ Deine neue Schöpfungs-Formel: „Ich BIN [Identität], die [Prozess] und [Beweis].“



Die Musterbibliothek: Kraftvolle Beispiele



Beruf & Berufung

- „Ich bin die klare Entscheiderin, die ihre Optionen sofort auf den wichtigsten Punkt fokussiert.“
- „Ich bin der ausgerichtete Schöpfer, der jeden Morgen 60 Minuten ohne Ablenkung an seinem Herzensprojekt wirkt.“
- „Ich bin die visionäre Leaderin, die ihr Team mit Klarheit und Ruhe inspiriert.“



Beziehungen & Liebe

- „Ich bin ein präsender Partner, der mit offenem Herzen zuhört.“
- „Ich bin die wahrhaftige Kommunikatorin, die Gefühle sofort in Liebe anspricht.“
- „Ich bin die grenzklare Frau, die liebevoll ‚Nein‘ zu anderen sagt, wenn es ein ‚Ja‘ zu mir selbst ist.“



Fülle & Wohlstand

- „Ich bin die bewusste Vermögensgestalterin, die ihre Ressourcen mit Freude lenkt.“
- „Ich bin der Fülle-Magnet, dessen Einnahmen meine innere Schöpferkraft spiegeln.“
- „Ich bin der Verwalter unendlicher Ressourcen, der finanzielle Entscheidungen aus absoluter Sicherheit trifft.“

👉 Personalisierung & Akutskripte

Damit du deine neue Realität auf allen Ebenen lebst, erschaffst du nun **fünf persönliche Kernsignaturen** für deine wichtigsten Lebensbereiche. Arbeite dabei spielerisch und leicht.

Das 5-Schritt-System zur Verankerung



Schritt 1: Schöpfungsfelder wählen

Berufsergebnis, Arbeitsweise, Beziehungen, Gesundheit & Energie, Fülle & Wohlstand



Schritt 2: Entwurf mit der 8D-Formel

„Ich BIN [Identität], die [Prozess] und [Beweis].“ – für jeden der fünf Bereiche



Schritt 3: Frequenzcheck in 60 Sek.

Klarheit: Einfach und kraftvoll? Körper: Löst Ruhe aus? Realität: Sofort umsetzbar?



Schritt 4: 7-Tage-Frequenztest

Tag 1–3: Version A. Tag 4–6: Version B. Tag 7: Welche war leichter? Wo mehr Ergebnisse?



Schritt 5: Dauerhafte Verankerung

Körper-Ritual, Hintergrundbild auf dem Handy, Kalenderblöcke, Häkchen für Frequenz-Partner

🌟 Dein Beispiel-Set: 5 Kernsignaturen

Bereich	Kernsignatur
👛 Berufsergebnis	„Ich bin die klare Entscheiderin, die jeden Morgen eine einzige Priorität setzt – sichtbar als oberster Punkt auf meiner Tagesliste.“
⚡ Arbeitsweise	„Ich bin die fokussierte Schöpferin, die 90 Minuten in ihrer reinsten Energie wirkt – belegt durch meinen fertigen Beitrag am Vormittag.“
❤️ Beziehungen	„Ich bin eine präsente Partnerin, die täglich bewusste Verbundenheit schenkt – belegt durch 10 Minuten ungestörte Gesprächszeit.“
🌿 Gesundheit	„Ich bin die energiebewusste Schöpferin, die ihrem Körper tiefe Erholung schenkt – belegt durch 7 Stunden erholsamen Schlaf.“
💰 Fülle	„Ich bin die weise Vermögensgestalterin, die 15 % ihrer Einnahmen für ihr Wachstum fließen lässt – belegt durch meinen Monatsreport.“

⚡ Akutskripte: Selbstzweifel sofort neu codieren

Wenn alte Muster dich einholen wollen, brauchst du kurze, kraftvolle Sätze. Nutze den **45-Sekunden-SOS-Reset**:

1

STOPP

Sage laut oder gedanklich: „Stopp!“ Unterbrich das Muster sofort.

2

ATMEN

Nimm 3 tiefe Atemzüge. Atme dabei länger aus als ein.

3

SIGNATUR

Sprich deine Kernsignatur der 8. Dimension laut aus.

4

HANDELN

Starte sofort eine kleine 2-Minuten-Aktion deines neuen Ichs.

🧠 Bei Selbstzweifeln

- „Auch wenn gerade Unsicherheit in mir auftaucht, bin ich die Schöpferin, die entscheidet.“
- „Ich bin die Version, die lernt: Jede Erfahrung bringt mich weiter.“
- „Heute darf es leicht gehen. Ich bringe meine erste Version voller Vertrauen in die Welt.“

📊 Bei Rückschlägen

- „Fakten statt Drama: Was ist wirklich passiert? Was lerne ich? Was ist meine nächste 10-Minuten-Handlung?“
- „Ich bin unerschütterlich. Ich richte meine Energie im kleinstmöglichen Rahmen neu aus.“
- „Ich sichere meine Erkenntnis: Ein kurzer Eintrag in mein Journal und meine neue Ausrichtung für morgen.“

KAPITEL 4

Fokus-Prompts & Mentale Protokolle der 8. Dimension

Dieses Kapitel ist deine energetische Kommandozentrale. Du erhältst präzise Frequenz-Fragen und mentale Kurzübergänge, um deine Aufmerksamkeit täglich auf die Version auszurichten, die bereits aus der Fülle heraus agiert. Statt schwerer mentaler Arbeit nutzt du **fließende Morgen- und Abendreflexionen**, die deine „Ich bin“-Signatur im Hier und Jetzt verankern.

Morgen-Reflexion — 3 Minuten

Atme tief ein und aus. Beantworte diese Fragen kurz und fließend:

- **Identität:** Welche Qualität meiner bereits erfüllten Version verkörpere ich heute?
- **Priorität:** Welches eine Projekt lässt heute meine reinste Energie fließen?
- **Mikroschritt:** Was ist die erste kleine Handlung, die mich mit meiner neuen Zeitlinie verbindet?
- **Fokus-Raum:** Was lasse ich heute bewusst los, um meine Energie rein zu halten?

Abend-Reflexion — 3 Minuten

Verbinde dich kurz mit der Kausalebene und blicke auf deinen Tag zurück:

- **Beweise:** Welche kleinen Wunder haben mein neues Sein heute bestätigt?
- **Erkenntnis:** Was durfte ich über meine Energie und meine Grenzen lernen?
- **Neuausrichtung:** Was lasse ich ab morgen weg oder fließe ich noch leichter?
- **Dankbarkeit:** Wofür aus meiner neuen Realität bin ich heute zutiefst dankbar?

Das 3-Szenen-Future-Memory

Future-Memory ist keine Zukunfts-Träumerei. Es ist das bewusste Erleben deiner neuen Zeitlinie in der **Gegenwart**. Du wählst drei Schlüsselszenen deines erfüllten Lebens und ziehst die Frequenz sofort in dein jetziges Handeln.

Szene 1: Der Start — Ruhiges Ankommen

Der Moment, in dem du beginnst. Wie nimmst du deinen Raum wahr? Welchen Satz flüsterst du dir zu? Du bist entspannt, du hast alles, was du brauchst.

Szene 2: Der Kernmoment — Reine Schöpfung

Deine Schöpfung in Aktion. Du wirkst aus absoluter Sicherheit und Freude heraus. Die Arbeit fließt, die Verbindung trägt, der Wohlstand wächst – ganz natürlich.

Szene 3: Der Abschluss — Ergebnis & Dankbarkeit

Das vollbrachte Werk. Du nimmst das Ergebnis wahr und fühlst die tiefe Erleichterung. Du weißt: Es ist gelungen. Du bist die Version, die bereits alles hat.

Die 3×3 Fokus-Sprints: Reine Schöpfung am Tag

Vergiss endlose To-Do-Listen. Nutze drei kraftvolle Sprints à 25–35 Minuten pro Tag, in denen du ohne jede Ablenkung deine neue Zeitlinie im Außen sichtbar machst:

Sprint 1 — Deine Essenz

Du triffst eine wichtige Entscheidung sofort.
Dein Beweis: Die Aufgabe ist erledigt.

Sprint 2 — Deine Präsenz

Du wirkst aus der Liebe heraus. Dein Beweis:
Eine tiefe Verbindung ist gestärkt.

Sprint 3 — Deine Fülle

Du zeigst dich der Welt. Dein Beweis: Deine
Botschaft oder dein Angebot ist veröffentlicht.

-  **Stop – Replace – Act: Der Frequenz-Reset in 30 Sekunden** — STOP: 3 tiefe Atemzüge, das alte Muster wahrnehmen (Scrollen, Zögern). REPLACE: „Ich BIN die Schöpferin meiner Zeitlinie, deshalb...“ ACT: Sofort 60–120 Sekunden das tun, was dein neues Ich jetzt tun würde.

Vom Kopf in den Körper & dein 21-Tage-Plan

Du hast nun deine Sprachcodes und mentalen Protokolle. Doch deine neue Identität darf nicht nur ein Gedanke im Kopf bleiben – sie muss in jeder Zelle deines Körpers, in deinem Zuhause und in deinen täglichen Gewohnheiten lebendig werden. In diesem abschließenden Kapitel erfährst du, wie du deinen Körper, dein Umfeld und deine kleinsten Handlungen so ausrichtest, dass sie deine neue Zeitlinie **automatisch aktivieren**.

Das HAM-Modell: Haltung, Atem, Mikrogesten



Haltung

Eine unsichtbare goldene Schnur zieht dich am Kopf sanft nach oben. Im Stehen: Füße fest auf dem Boden, Schultern entspannt. Im Sitzen: Füße berühren die Erde, Wirbelsäule lang und frei. Diese Haltung sendet sofort ein Signal an dein Gehirn: Du bist präsent, du bist bereit, du bist auf der Kausalebene.



Atem

Die Zauberformel: Kurz durch die Nase einatmen (4 Sek.) und doppelt so lange durch den Mund ausatmen (6–8 Sek.). Das beruhigt dein Nervensystem sofort und nimmt jeden Stress aus deinem Körper – innerhalb von Sekunden.



Mikrogesten

Kleine Bewegungen senden Signale an dein Gehirn. Ein sanftes Lächeln vor dem Start einer Aufgabe, oder das kurze Aneinanderreiben der Fingerspitzen als Startsignal für deine Schöpferkraft. Winzig – und unglaublich wirksam.

17 Der 21-Tage-AAA-Zyklus der Kausalebene

Ausrichten

Tag 1–7: Kläre deine Sprache, richte deinen Fokus neu aus und beginne jeden Tag mit Haltung, Atem und Mikrogesten. Du programmierst dein System auf Präsenz.

Ausführen

Tag 8–14: Handle konsequent aus deiner neuen Identität heraus. Kleine, klare Handlungen machen deine Frequenz im Außen sichtbar.

Auswerten

Tag 15–21: Reflektiere ehrlich, was trägt, was wirkt und was noch feiner justiert werden darf. So wird aus Wiederholung Meisterschaft.

Deine Identitäts-Scorecard (Täglich, 1–5 Punkte)

Kriterium	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	4 Punkte	5 Punkte
Haltung	zusammengefallen	unruhig	neutral	aufrecht	präsent & klar
Atem	flach	unbewusst	teilweise bewusst	regelmäßig tief	ruhig & geführt
Mikrogesten	keine	selten	manchmal	oft	bewusst eingesetzt
Fokus	zerstreut	wechselhaft	teilweise klar	stabil	ausgerichtet
Handlung	prokrastiniert	verzögert	inkonsequent	konsequent	sobald & klar
Dankbarkeit	vergessen	selten	kurz	regelmäßig	verkörpert

Der Quantensprung der Akasha-Chronik

Im neuen Zeitalter hat sich alles verändert. Am 20. März 2026 hat die Akasha-Chronik einen gewaltigen, kollektiven Quantensprung vollzogen:

Die Vergangenheit (5D – Der Trans-Filter)

Hier wurde Entwicklung oft über Karma-Arbeit, Wiederholung und das sorgfältige Aufarbeiten alter Prägungen verstanden. Erkenntnis kam schrittweise, durch Reflexion, Reinigung und langsame Transformation.

Das reine Jetzt (8D – Die Kausalebene)

Hier wird die Quelle direkt berührt: Klarheit, Frequenz und bewusste Ausrichtung wirken sofort. Du erschaffst nicht mehr erst nach langer Verarbeitung – du kalibrierst deine Realität im Moment deiner Entscheidung.

Dein Abschlussimpuls

Du bist nicht hier, um dich zu verbessern. Du bist hier, um dich zu erinnern. Was du heute wählst, wird zu der Realität, die dich morgen trägt.

Stats-Grafik

21

Tage
AAA-Zyklus

4

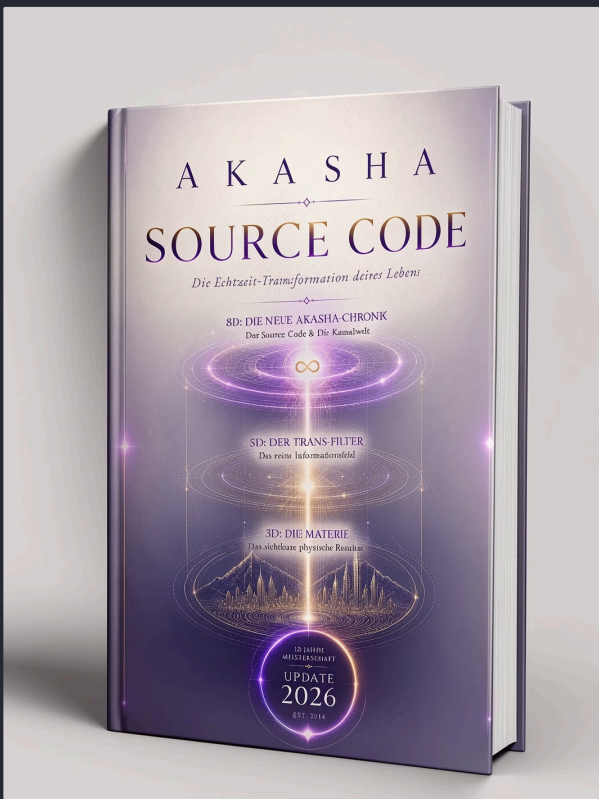
CAPS-Säulen
stabile Praxis

5

Kernsignaturen
tägliche Ausrichtung

12

Jahre
Meisterschaft



AKASHA SOURCE CODE

AKASHA SOURCE CODE - Die echte Transformation deines Lebens

Möchtest du die tiefsten Geheimnisse der Kausalebene meistern und dein Leben von Grund auf neu erschaffen?

Die AKASHA SOURCE CODE Ausbildung ist deine Einladung, die Frequenz der 8. Dimension vollständig zu verkörpern. Du lernst nicht nur die Theorie – du wirst zum lebenden Beweis deiner eigenen Schöpferkraft.

In dieser intensiven 4-monatigen Begleitung:

- ★ Dekodierst du deinen persönlichen Source Code
- ★ Meisterst du die Kausalebene für dein Leben
- ★ Aktivierst du deine volle Schöpferkraft
- ★ Wirst du zum Medium der Neuen Zeit

Alle Infos: [Akashachronik-ausbildung.de](https://www.akashachronik-ausbildung.de)

In unendlicher Liebe, Klarheit und Schöpfungskraft,
Deine Yvonne

🎓 ✨ ÜBER DIE AUTORIN



Yvonne Richter

Yvonne Richter ist die führende Visionärin und Pionierin der Akasha Chronik des Neuen Zeitalters. Als internationale Wegbereiterin für die 8. Dimension und die Kausalebene aktiviert sie das höchste Schöpferpotenzial der menschlichen Seele.

🌍 Ihr Wirken und Meilensteine

12 Jahre Pionierarbeit

Vor zwölf Jahren verankerte sie die Akasha Chronik des Neuen Zeitalters auf der Erde und initiierte seither über 3.000 Seelen in ihre Ur-Essenz.

Der Licht-Kristallstab von Metatron

Vor fünf Jahren empfing sie dieses hochschwingende Werkzeug aus der geistigen Welt. Es ermöglicht ungefilterten Quellenzugang und tiefgreifende, heilende Aura-Chirurgie in Lichtgeschwindigkeit.



Im März 2026 empfing sie die neueste Übertragung der Akasha-Chronik zur sekundenschnellen Transformation direkt aus der Kausalebene.

🌟 Ihre Mission

Yvonne Richter steht für Transformation in Quantengeschwindigkeit. Sie verbindet die unendliche Weisheit der Akasha Chronik mit modernster Aura-Chirurgie, um Blockaden im Hier und Jetzt vollständig aufzulösen.