



# Frequenzen & Schöpferenergien von Quin'Taas

Begleitbuch für die Manifestationskarten

Gechannelt und manifestiert  
mit den 36 Höheren Räten des Lichts

Lorenz Elias Keller

[www.coaresonance.de](http://www.coaresonance.de)



---

Copyright & Anmerkungen	7
Lorenz Elias Keller	8
Begrüßung	9
Einführung	10
Das vereinigte Chakra	11
Gehe ins vereinigte Chakra	12
Erdung in der Neuzeit	13
Das Legen der Karten für dich, für andere und in der Gruppe	14
Legesysteme	15
Eine Karte für eine Situation oder als tägliche Inspiration zur Zeitqualität	15
Die Zeitlinie von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft	16
Das Chakrasystem der Neuzeit	17
Der Seelenplan	19
Die Kraft der Generationen und deiner lichtvollen Ahnenlinie	20
Der Ratschlag deines Teams	21
Der blinde Fleck	23
Die Kraft der fünf Elemente	24
Die Brücke von hier nach dorthin	26
0 - Das Verborgene	29
Erhalte Klarheit zu einer Situation	30

---



---

1 - Entscheidung	31
Eine energetische Unterstützung bei Entscheidungen und Zielen	32
2 - Vertrauen	33
Meditation mit dem göttliche Attribut des Vertrauens	34
3 - Universelle Liebe	36
Verbinde dich mit der universellen Liebe	37
4 - Dankbarkeit	38
Beginne deinen Tag mit der Energie der Dankbarkeit	39
5 - Achtsamkeit	40
Meditation mit dem göttlichen Attribut der Achtsamkeit	41
6 - Himmlische Freude	42
Nimm dir die Zeit zum Spielen, zum Lachen und für die Freuden des Lebens	43
7 - Heilung	44
Bade im Licht der Heilung	45
8 - Freiheit	46
Vergebungsritual zur Lösung karmischer Verstrickungen	47
9 - Erneuerung	48
Besuche die Quelle der Erholung in deinem inneren Zaubergarten	49
10 - Vollkommenheit	50
Transformation in die Vollkommenheit	51

---



---

11 - Zugehörigkeit	52
Versöhne dein inneres Team miteinander	53
12 - Vollendung	55
Erfahre die Energie der Vollendung	56
13 - Unendlichkeit	58
Erlebe die Energie der Unendlichkeit, die du bist	59
14 - Shakti - Schöpferkraft (weiblich)	60
Channeling - Der Schlüssel der weiblichen göttlichen Schöpferkraft	61
15 - Shiva - Schöpferkraft (männlich)	62
Channeling - Der Schlüssel der männlichen Schöpferkraft	63
16 - Fülle & Reichtum	64
Entdecke deinen inneren Reichtum	65
17 - Erlösung	66
Lasse los, was dir nicht mehr dienlich ist	67
18 - Segnungen	68
Segne dein Leben und dich selbst	69
19 - Magnetische Liebesenergie	70
Lass die magnetische Liebesenergie durch dich fließen	71
20 - Energie & Kraft	72
Die Energie und innere Kraft stärken	73

---



---

21 - Gesetz der Resonanz	74
In Resonanz mit einem Wunsch gehen	75
22 - Gesetz des Ausgleichs	76
Channeling und Energieübertragung zum Ausgleich der Energien	77
23 - Strömungen	78
Übung Empfange eine Botschaft von deinem Hohen Selbst	79
24 - Schutzengel	80
Nehme Kontakt mit deinem Schutzengel auf	81
25 - Potenzial	82
Das höchste Potenzial einer Situation	83
26 - Evolution	84
Channeling - Energetische Unterstützung bei dem nächsten Entwicklungsschritt	85
27 - Kommunikation	86
Lösung von Beziehungskonflikten mit der liegenden Acht	87
28 - Fähigkeiten	89
Blicke auf deine Fähigkeiten	90
29 - Baum des Lebens	91
Besuche deinen Lebensbaum im Zaubergarten	92
30 - Synchronizität	94
Wenn Karten eine Geschichte erzählen	95

---



---

31 - Kosmischer Lichtkörper	96
Verankere deine göttliche ICH-BIN Präsenz in deinem Körper	97
32 - Weisheit der Erde	98
Erlösung eines Themas mithilfe eines Bergkristalls	99
33 - Weisheit der Sterne	101
Verbindung mit den Sternen und der Sternensaat	102
34 - Kristallbibliotheken	103
Channeling mit Melek Metatron - Reise in eine Kristallbibliothek	104
35 - Mystik & Magie	105
Ein Ritual in der Natur	106
36 - Lady Shyenna (Mutter Erde)	107
Verbinde dich durch die Natur	108
37 - Licht, Ton & Geometrie	109
Manifestationsauftrag mithilfe der heiligen Geometrie	110
38 - Multiversum	113
Energien, Information und Lösungen aus dem Multiversum	114
39 - Alles ist Eins	116
Meditation mit der universellen Liebe	117
Glossar	119

---



---

## Begrüßung

Herzlich willkommen! Aus Gründen der Lesbarkeit wird im Text auf unterschiedliche Anredeformen – ob divers, männlich oder weiblich – verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen beziehen sich stets auf alle Geschlechter.

Dieses Begleitbuch und die dazugehörigen Karten laden dich ein, dich auf eine faszinierende Entdeckungsreise zur Manifestation einer neuen Welt – Quin'Taas – zu begeben. Während meiner Arbeit am Klangprojekt zu den 21 Schlüsseln von Quin'Taas durfte ich diese Karten und Informationen aus der geistigen Welt empfangen. Sie sind durchdrungen von Schwingungen und Energien der Wirklichkeit, die dir den Weg weisen können, um diese neue Welt jenseits der Dualität zu entdecken, zu gestalten und zu manifestieren.

Die Manifestation von Quin'Taas bedeutet mehr als bloße Veränderung – sie lädt dich dazu ein, neue Perspektiven zu entwickeln, dein Bewusstsein zu erweitern und deinen Alltag mit den neuen Energien dieser Zeit zu bereichern. Dein Blickwinkel, dein Bewusstsein und deine Überzeugungen bestimmen maßgeblich, wie du dein Leben mit all seinen Möglichkeiten und Potenzialen gestaltest. Dieses Begleitbuch und die Karten möchten dich daran erinnern, dass du ein göttliches Wesen mit schöpferischen Kräften bist und dass es jenseits des Gewohnten noch viel mehr zu entdecken gibt. Du bist die Schöpferin oder der Schöpfer deines eigenen Lebens!

Jede Karte ist mit hochschwingenden Kristallen der Wirklichkeit (siehe auch [www.shimaa.de](http://www.shimaa.de)) und Energien durchdrungen, um dich auf deinem Weg der Manifestation zu unterstützen. Manifestation kann viele Formen annehmen: deinen Platz im Leben finden, Klarheit darüber gewinnen, was du verwirklichen möchtest, Heilung erfahren oder eine Situation zum Positiven verändern. Manchmal ist es auch die Suche nach Sinn und Bedeutung, die uns voranbringt.

Ich lade dich von Herzen ein, dich für die neuen Energien und die Veränderungen dieser besonderen Phase zu öffnen. Nutze diese Karten als Quelle der Inspiration, als lichtvolle Unterstützung und als Wegweiser auf deiner Reise zu dir selbst.

Berlin, 21.6.2025  
Lorenz Elias



## Einführung

Unsere Welt befindet sich in einer faszinierenden Phase des Wandels, die von der geistigen Welt häufig als Anpassungszeit bezeichnet wird. Vielleicht ist dir im Zusammenhang mit diesem Wandel auch der Begriff „Aufstieg“ begegnet. Die Energien der Dualität, die uns seit Jahrtausenden begleiten, verlieren zunehmend an Kraft, und die Schwingung unserer Erde steigt kontinuierlich an. Neue magnetische Energien strömen ein und erweitern dein Bewusstsein. Gleichzeitig entstehen neue energetische Strukturen, die unsere Welt nachhaltig verändern werden.

Möglicherweise hast du festgestellt, dass vieles, was früher selbstverständlich war, heute nicht mehr so reibungslos funktioniert. Selbst die Zeit scheint eine andere Qualität angenommen zu haben. Diese Phase kann für uns alle herausfordernd sein, da sich die alten Energien im Zuge dieses Wandels noch einmal deutlich zeigen und Dramen, Konflikte sowie Ungerechtigkeiten sichtbar werden. Das kann Unsicherheiten und Existenzängste in dir hervorrufen, die dich an alte Muster binden möchten. Gerade jetzt ist es jedoch wichtig, dich aus dem kollektiven Gedankenfeld herauszulösen, dich auf deine eigene Göttlichkeit zu besinnen und dich auf die neuen Energien auszurichten, die diesen Wandel unterstützen. Konzentriere dich auf das, was dich stärkt, dich unterstützt und dein inneres Licht zum Leuchten bringt!

Dieses Kartenset möchte dich darin bestärken, die neue Welt Quin'Taas in deinem Leben zu manifestieren. Quin'Taas steht für eine Welt, die dich zu deiner göttlichen Ursprünglichkeit zurückführt – frei von den alten Matrix-Programmen der Dualität. Begriffe wie Schuld, Unschuld, Macht und Ohnmacht sowie die Unterdrückung deiner göttlichen Fähigkeiten oder die Manipulation deines freien Willens haben hier keinen Platz mehr. Stattdessen eröffnet sich eine Welt, in der ursprüngliche göttliche Attribute wie universelle Liebe, Mitgefühl, Achtsamkeit, Mut, Frieden und Vertrauen im Mittelpunkt stehen. Ein Leben ohne Enge und ohne die ständigen Impulse der Angst. Jede Karte möchte dir dazu hilfreiche Impulse und Unterstützung geben – in Form von offenen Fragen, Übungen und lebendigen Energien.

Quin'Taas ist ein Energiefeld, das bereits jetzt wirksam ist und sich stetig weiter ausdehnt. Eines Tages wird es die Dualität, wie wir sie kennen, vollständig durchdringen. Bis dahin ist es hilfreich, sich auf die göttlichen Attribute zu besinnen, die eigene ursprüngliche Göttlichkeit in den Fokus zu rücken und sich von den kollektiven Denkmustern der Menschheit zu lösen.



Zu jeder Karte findest du Meditationen, Anregungen oder energetische Übungen, die du nach Belieben durchführen kannst. Da Energie- und Bewusstseinsarbeit intensiv sein und innere Prozesse auslösen kann, appelliere ich an deine Selbstverantwortung: Führe diese Übungen nur durch, wenn du dich in einem ausgeglichenen und gesunden Zustand befindest. Die Erdung in der Neuzeit kann dir dabei sehr hilfreich sein!

## Das vereinigte Chakra



Das vereinigte Chakra entsteht im Herzchakra und verbindet alle energetischen Felder deiner Chakren miteinander. Es erschafft ein umfassendes Energiefeld bedingungsloser Liebe, das dir einen leichteren Zugang zu deiner eigenen Göttlichkeit, zur bedingungslosen Liebe sowie zu deinen spirituellen Fähigkeiten eröffnet. Es unterstützt dich dabei, in die Stille zu finden und dich mit deiner Seele sowie der geistigen Welt zu verbinden. So schafft das vereinigte Chakra optimale Voraussetzungen, um energetisch zum höchsten Wohle für dich und andere zu wirken.

***In vielen der folgenden Übungen und Meditationen wirst du aufgefordert, in das vereinigte Chakra zu gehen!***



## Gehe ins vereinigte Chakra

1. Setze die klare Absicht, alle deine Chakren in deinem Herzen zu vereinen, sodass ein vereinigtes Chakra entsteht. Bitte deine persönliche Engelsgruppe, dich bei diesem Prozess zu unterstützen.
2. Stelle dir vor, wie in der Mitte deiner Brust, in deinem Herzen, eine strahlende goldene Sonne entsteht. Mit jedem Atemzug dehnt sie sich weiter aus, bis sie dich vollständig umhüllt. Diese Sonne ist von einem leuchtenden, goldenen Strahlenkranz umgeben.
3. Falls es dir schwerfällt, dir dieses Bild vorzustellen, ist das überhaupt nicht schlimm. Konzentriere dich stattdessen auf das Gefühl der sich ausdehnenden Sonne. Vertraue darauf, dass der Prozess geschieht – deine persönliche Engelsgruppe unterstützt dich dabei.
4. Mit jedem Atemzug kannst du noch tiefer in dieses vereinigte Chakra eintauchen.
5. Wenn du innerlich zur Ruhe gekommen bist, bist du optimal vorbereitet, um Karten zu legen oder weitere Übungen zu machen.

### *Hinweis:*

Je öfter du diese Übung durchführst, desto leichter wird sie dir fallen. Manchmal genügt dann schon deine reine Absicht, und du befindest dich direkt im vereinigten Chakra!



---

## Das Legen der Karten für dich, für andere und in der Gruppe

Es ist wichtig, die Karten sowie die darin enthaltenen Energien mit Respekt und Achtsamkeit zu behandeln, denn Energien sind lebendig und möchten entsprechend gewürdigt werden. Ich empfehle dir, die Karten ausschließlich in einem nüchternen Zustand zu nutzen – frei von Substanzen wie Nikotin oder Alkohol. Dasselbe gilt für alle Personen, die an einer Lesung teilnehmen.

Bevor du mit der Kartenziehung beginnst, schaffe dir einen ruhigen und entspannten Raum. Lege die Hektik des Alltags für einen Moment beiseite. Du kannst eine angenehme Atmosphäre schaffen, indem du zum Beispiel leise, entspannende Musik abspielst, Räucherwerk oder Düfte verwendest oder ein schönes Tuch für die Karten und das Begleitbuch ausbreitest. Probiere alles aus, was dir hilft, eine stimmige Umgebung zu schaffen. Du kannst dir auch ein eigenes Ritual überlegen, das dich innerlich auf die Kartenarbeit vorbereitet.

Die im Begleitbuch vorgestellten Legesysteme dienen als Anregungen. Natürlich kannst du auch eigene Legesysteme ausprobieren.

1. Überlege dir, welche Fragestellung du mit den Karten beleuchten möchtest. Wenn du ein bestimmtes Legesystem aus dem Begleitbuch verwenden willst, schlage die entsprechende Seite auf.
2. Bevor du beginnst, empfehle ich dir, dich mit dem vereinigten Chakra zu verbinden. Dies vereint all deine Energien und verbindet dich mit dem Feld der bedingungslosen Liebe, deinen schöpferischen Fähigkeiten und deiner Seele.
3. Bitte in diesem Moment um das bestmögliche Ergebnis zum höchsten Wohle aller Beteiligten.
4. Mische die Karten und breite sie vor dir aus.
5. Wähle die Karten intuitiv aus. Folge deinen Eingebungen und, wenn du möchtest, nutze eine der energetischen Übungen aus dem Begleitbuch.
6. Beende deine Sitzung, indem du dich bei dir selbst, bei den lebendigen Energien und deiner Seele bedankst.  
Formuliere innerlich die Absicht: **„Alles geschehe zum höchsten Wohle, so wie es für alle beteiligten Seelen richtig und gut ist.“**

Dieses Vorgehen kannst du auch beim Kartenlegen für andere oder in einer Gruppe anwenden. Nutze dabei ebenfalls intuitiv die Möglichkeit, dass dein Gegenüber Karten auswählt oder selbst zieht.



## Legesysteme

Hier findest du einige Vorschläge für verschiedene Legemuster. Natürlich kannst du auch deine eigenen Methoden anwenden – wähle einfach das, was sich für dich richtig und stimmig anfühlt. Jede Legung eignet sich für unterschiedliche Themen und Situationen: Manche konzentrieren sich auf energetische oder systemische Aspekte, andere auf spirituelle Fragestellungen, und wieder andere unterstützen dich bei der Klärung konkreter Situationen.

Für alle Lesungen mit diesen Karten gilt: Es werden Energien aktiviert, die dich im jeweiligen Thema zu deinem höchsten Wohl unterstützen. Die Energien und Schwingungen sind lebendig und intelligent; sie wirken für dich, sobald du ihnen die Erlaubnis gibst – immer so, wie es für deine Seele richtig und gut ist. Zu jedem Legesystem kannst du die passenden Übungen und Meditationen zu den gezogenen Karten anschauen und bei Bedarf ausprobieren. Wenn du dich im vereinigten Chakra befindest und deine Absicht klar gesetzt hast, beginne damit, die Karten gründlich zu mischen, bis du das Gefühl hast, dass es genug ist. Fächere die Karten dann aus und wähle sie intuitiv aus – je nach Legesystem oder Übung. In den folgenden Beschreibungen gehe ich davon aus, dass du diese Reihenfolge einhältst, auch wenn nicht jedes Detail immer wiederholt wird.

### Eine Karte für eine Situation oder als tägliche Inspiration zur Zeitqualität

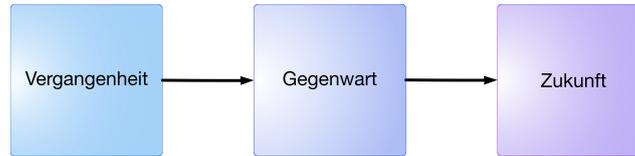
1. Gehe ins vereinigte Chakra.
2. Bitte deine persönliche Engelsgruppe und deine inneren Helfer um Unterstützung.
3. Formuliere eine Frage oder bitte um eine Tagesenergie, die für dich in diesem Moment wichtig ist.
4. Mische die Karten.
5. Ziehe eine Karte zu deinem Thema oder für die momentane Zeitqualität.
6. Lese dir die Informationen zur gezogenen Karte im Begleitbuch durch und fühle in dich hinein, was sich dir zeigt.
7. Wenn du möchtest, kannst du die vorgeschlagene Meditation und Übung machen.

*Weiterführende energetische Anregung:*

8. Schütze die Karte z. B. mit einem Plastikmäppchen vor Feuchtigkeit!
9. Stelle ein Glas Wasser auf die Karte und trinke im Laufe des Tages schluckweise von diesem Wasser.



## Die Zeitlinie von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft



1. Verbinde dich mit deinem vereinigten Chakra.
2. Bitte deine persönliche Engelsgruppe sowie deine inneren Helfer um Unterstützung.
3. Mische die Karten sorgfältig.
  1. Ziehe eine Karte für die vergangenen Aspekte deiner Fragestellung.
  2. Ziehe eine Karte, die die gegenwärtige Energie widerspiegelt.
  3. Ziehe eine Karte für die Energietendenzen der Zukunft.
4. Lege deine linke Hand über die Karten. Bewerte auf einer Skala von 1 (unangenehm) bis 10 (sehr stimmig), wie sich die Energie anfühlt.
5. Ziehe je nach Bedarf weitere Karten zu den folgenden Fragen und ordne sie den jeweiligen Zeitpositionen zu:
  1. Was hat mir in der Vergangenheit zusätzlich geholfen und wird mich auch heute und morgen unterstützen?
  2. Was ist heute hilfreich und unterstützt mich in meiner aktuellen Situation und Fragestellung?
  3. Welche Energien werden mich in der Zukunft zusätzlich unterstützen?
6. Halte erneut deine linke Hand über alle ausgelegten Karten. Bewerte wieder auf einer Skala von 1 (unangenehm) bis 10 (sehr stimmig), wie sich die Energie jetzt anfühlt. Nimm wahr, ob sich etwas verändert hat. Sobald du spürst, dass es für dich stimmig ist, kannst du die Energien in dein System integrieren.
7. Sammle alle Karten ein und halte sie an dein Herz.
8. Sprich: „Ich nehme die Energien dankend an, so wie es für meine Seele richtig und gut ist.“
9. Spüre, wie die Energien und Informationen zu deinem höchsten Wohl fließen. Bedanke dich!



### 3 - Universelle Liebe



#### **Bedingungslose Liebe, Selbstliebe, menschliche Liebe, Heilung der Herzen, Vergebung, Perspektivwechsel**

Die göttliche Quelle verbindet und durchströmt die gesamte Schöpfung mit der bedingungslosen, universellen Liebe. In der Dualität haben wir vergessen, dass wir unermesslich geliebt werden, und es scheint oft so, als wären wir von der Quelle abgeschnitten. So entsteht ein Gefühl des Mangels, denn wir sehnen uns unbewusst nach dieser universellen Liebe. Und während wir aufwachsen, wird uns in der 3D-Matrix unserer Welt immer wieder der Eindruck vermittelt, dass wir nicht genug sind. Menschliche Liebe wird an Bedingungen und Erwartungen geknüpft, und wir machen unsere Selbstliebe davon abhängig, was andere von uns denken und erwarten. Die Erwartungen anderer machen wir dabei oft zu unseren eigenen, und wir entfernen uns so von unserem wahren göttlichen Sein. Diese Liebe wird oft begleitet von Verlustängsten, Konflikten und Enttäuschungen. Wenn du dich daran erinnerst, dass du unermesslich geliebt wirst und dass die menschliche Liebe an die bedingungslose Liebe angebunden ist, dann können der innere Mangel und das Gefühl des Getrenntseins von der göttlichen Quelle geheilt werden. Bedingungslose Liebe bringt dir und der Welt Heilung und Frieden!

***Erinnere dich daran, dass du unermesslich geliebt wirst, dass du so, wie du bist, vollkommen bist!  
Begegne der Welt in allem, was du tust, mit bedingungsloser Liebe!***



- \* Wo fällt es dir noch schwer, dich in Selbstliebe anzunehmen?
- \* Was brauchst du, um dich selbst anzunehmen, so wie du bist?
- \* Wo darf die bedingungslose Liebe für dich deine Welt heilen?



---

## Verbinde dich mit der universellen Liebe

1. Gehe ins vereinigte Chakra und lasse dich mit jedem Atemzug tiefer in dein Herz und in deine Stille fallen.
2. Lade deine inneren Helfer und deine persönliche Engelsgruppe ein, dich zu unterstützen.
3. Lass dich nun mit jedem Atemzug in die Stille fallen. Nimm dir dafür Zeit.
4. Bitte nun deine persönliche Engelsgruppe, das göttliche Attribut der universellen Liebe zu dir strömen zu lassen. Bitte sie, dich mit dieser Energie zu verbinden, sodass du sie tief in dir spüren kannst. Lasse dir dafür Zeit.
5. Stelle dir nun innerlich folgende Fragen:
  1. Wenn die universelle Liebe durch deine Augen schauen würde, was würde sie sehen?
  2. Wenn die universelle Liebe durch deine Stimme sprechen würde, was würde sie sagen?
  3. Wenn die universelle Liebe alle deine Gedanken und Vorstellungen durchdringen würde, was würde sich in dir verändern?
6. Stelle dir vor, wie es wäre, wenn diese universelle Liebe nun in alle Bereiche deines Lebens strömen würde - in die Vergangenheit, die Gegenwart und in die Zukunft. Wie würde sich das anfühlen?
7. Nimm dir dafür Zeit.
8. Wenn du bereit bist, atme dreimal tief ein und öffne deine Augen.

