

BY CHRISTIAN & CAROLINE VAN MEEREN

ELEVATION DAYS

ÖFFNE DIE TORE FÜR DIE
WUNDER DEINES LEBENS

workbook

WWW.I-RISE.DE

Über Uns



Wir sind Caroline und Christian van Meeren, die Begründer des Online Unternehmens I-Rise, Experten für tiefgreifende und lichtvolle Heil- und Transformationsmethoden, Aura-Architekten und Kongressveranstalter des Erfolgskongresses Butterfly Summit. Nach sehr erfolgreich abgeschlossenen Hochschulstudien und Staatsexamen arbeiteten wir beide über 10 Jahre lang als beliebte Gymnasiallehrer, bis wir aufgrund unserer wachsenden energetischen Fähigkeiten und geistigen Kräfte erkannten, dass dieser Weg nicht unserer wahren Berufung und unserem Seelenplan entsprach. Es eröffneten sich für uns neue Weltsichten und Perspektiven gerade auch im Hinblick auf das existierende Gesellschafts- und Schulsystem. In diesem Zusammenhang wurde auch der innere Wunsch nach Alternativen zu dem routinierten Hamsterrad-Dasein immer stärker.

Und so folgten wir intuitiv dem Ruf der Erneuerung und entschlossen uns, alles Alte, Verbrauchte und Einschränkende hinter uns zu lassen und mit unseren drei kleinen Kindern eine Entwicklungsschwelle zu überschreiten:

Wir kündigten beide unsere Beamtenstellen auf Lebenszeit, verkauften unser Haus, wanderten aus Deutschland aus und sind seither dauerhaft auf Reisen.

Nach Jahren der begrenzten Möglichkeiten öffneten wir unsere Energiefelder auch mit Hilfe multidimensionaler Intelligenzen und kosmischer Lichtenergien immer weiter und erleben seitdem in der Arbeit mit unseren Klienten wahre Wunder. Mit unserem Unternehmen I-Rise folgen wir unserem Herzensanliegen und unserer Leidenschaft, Menschen bei ihren individuellen Aufstiegs- und Entwicklungsprozessen zu helfen, wieder in ihre volle körperliche und seelische Kraft, Fülle und Aufrichtigkeit zu gelangen. Empathisch, energetisch und hocheffizient begleiten wir dich auf deinem großartigen Transformationsprozess und eröffnen dir neue, ungeahnte Wege und Perspektiven.

Einige Rückmeldungen über unsere Arbeit ...

Kathrin (Masterclass-Teilnehmerin)

... Letzte Woche war ich wieder Mal bei meinem Physiotherapeuten und da hab ich ihn um eine Rückmeldung zu meinem Rücken gebeten. Er hat sich sehr gefreut, dass der Rundrücken weg ist und die gesunde Doppel-S-Form der Wirbelsäule jetzt wieder da ist.

Vielen Dank für eure Arbeit mit und an uns. Es ist eine Gnade, wieder an mein Wissen mit 16 Jahren erinnert zu werden und darauf aufzubauen.

Danke, dass ihr uns wieder in die positive Macht für unser Leben führt.

Angie (Masterclass-Teilnehmerin)

Liebe Caroline, lieber Christian, auf diesem Weg noch einmal ein herzliches Dankeschön für Eure großartige Masterclass. Ich habe nicht erwartet, derart intensive Betreuung und faszinierende Einblicke hierbei zu gewinnen. Ich kann die lichtvollen Energiefelder bei jedem Tutorial durch intensives Kribbeln in Händen und Beinen spüren, es ist unglaublich und gibt mir sehr viel.

Für Eure Zukunft wünsche ich Euch das Allerbeste, Ihr seid wunderbare Menschen!

Christine (79)

Liebe Caroline, lieber Christian!

Mein Herz fließt über vor Dankbarkeit, ihr habt mir mit Hilfe der geistigen Welt ein völlig neues Lebensgefühl geschenkt! Unsagbar dankbar für mein neues Sein, herzlichst, Christine

Heike (Masterclass-Teilnehmerin)

Liebe Caroline und lieber Christian,

ich bin nicht (noch nicht :-)) der große Redner, deshalb möchte ich mich auf diesem Weg von ganzem Herzen für die gestrige

Aufrichtung und die Anleitung zur Realitätssteuerung bedanken.

Ich bin vom Körperbau sehr grazil und groß gebaut. Meine linke Schlüsselbeinspitze hat immer herausgespießt im Gegensatz zur rechten.

Nun sind beide auf gleicher Höhe!! Ich sehe richtig gerade aus :-)
Ich hatte bisher auch nie so richtig Anbindung zum Universum aber diese

Realitätssteuerung fühlt sich für mich unsagbar natürlich und gut an.

Ich kann bei Meditationen jetzt auch richtig spüren, wie sich mein Kronenchakra öffnet.

Ich danke Euch von Herzen, dass Ihr mich auf diesem Weg begleitet.

Karin (55)

Liebe Caroline und lieber Christian,

ich möchte euch und den spirituellen Helfern,
ein großes herzliches Dankeschön sagen!!!!!!!

Ich fühle ein sooooooooo großes liebevolles freudiges (kaum zu beschreibendes)

D A N K E,

denn ich spüre, diese Erfahrungen waren e n o r m wichtig, ich fühle mich aufrecht, rein, erhoben, lichtvoll, strahlend

DANKE an Euch beide, ihr habt, aus meiner Wahrnehmung,
einen sehr natürlichen, sehr schönen liebevollen Rahmen
geschaffen,
damit LICHTVOLLES, WUNDERVOLLES geschehen konnte,
DANKE EUCH !!!!!

Nina (Masterclass-Teilnehmerin)

In den letzten Tagen habe ich viel Schönes erlebt. Ich bin wie mit Flügeln durch Paris gelaufen. Viele Schritte, viele Treppen gegangen und alles ohne Schmerzen. Ich kann wieder Treppen laufen als hätte ich nie ein Problem gehabt :-)

Sophie (Masterclass-Teilnehmerin)

Die letzten Wochen mit euch waren für mich sehr wichtig und voranbringend, stärkend und verbindend.

Mit einigen der Themen hatte ich schon Kontakt, manche der Energiearbeiten schon erlebt oder zumindest gewusst, dass sie möglich sind, aber durch eure klaren Worte und diese unglaubliche Weite und Öffnung, die sie mit sich bringen, wurden bei mir viele (Selbst-) Zweifel gelöst und mir die Arbeit soviel erleichtert und vereinfacht. Euer Kurs eröffnet mir sehr viele neue Räume, gibt mir Vertrauen und Sicherheit und hat meinen Glauben so gestärkt. So viele Dinge, die ich lange gespürt und geahnt habe, in Worte gefasst zu sehen und so diese Bestätigung zu bekommen, ist wirklich ein befreiendes Gefühl. Ganz ganz vielen Dank dafür, dass es euch gibt und ihr diese Arbeit tut.

Und natürlich war die Energiearbeit sehr stark. Ich spüre die Arbeit oft an verschiedenen Körperteilen, mit Hitze oder Kribbeln auch als ein Leichter-Sein oder ganz Beschwingt-Sein. Ich habe während der Meditationen viele neue Lichtgestalten kennengelernt, die mir noch nicht begegnet waren. Ganz ganz lieben herzlichen Dank euch!

Maggi (Masterclass-Teilnehmerin)

Liebe Caroline, lieber Christian, zwei Tage nach meiner Aufrichtung spüre ich noch einen leichten Druck auf meinem Kiefer, bin aber von über 20 Jahren Kieferschmerzen, linksseitig befreit.

Ich habe das Gefühl, dass der Zwischenraum zwischen Ober- und Unterkiefer größer ist und somit der ganze Kiefer durchweg entspannt ist.

Beim Autofahren hatte ich früher hin und wieder versucht, meine eingeknickte Wirbelsäule aufzurichten, bin immer wieder eingeknickt.

Jetzt fahre ich mit einer geraden, aufgerichteten Wirbelsäule und habe das Gefühl, der untere Teil der Wirbelsäule trägt die darüberliegenden Wirbel.

Und noch was Schönes. Meine Augenbrauen liegen jetzt symmetrisch, die Linke lag sichtlich höher. Ebenso war ein Auge früher viel größer und jetzt sind diese gleich groß.

Herzlichen Dank für eure grandiose Arbeit.

Liebe Grüße

Maggi

Thomas (Masterclass-Teilnehmer)

Die Elevation Masterclass hat bei mir tiefgreifende Veränderungen bewirkt, sowohl körperlich durch die Aufrichtung der Wirbelsäule, die meinen langwierigen Beckenschiefstand beseitigt hat, als auch energetisch, denn meine Heilpraktikerin hat festgestellt, dass meine Chakren und Organe voller Energie sind, etwas, was sie sonst nur ganz selten bei ihren Messungen feststellt. Danke Caroline und Christian, dass Ihr mir den Weg gezeigt habt, wie ich mich mit meinem geistigen Team sowie meinen Ahnen verbinden kann und nun bereit bin für die neue Welt.





Die Ablösephase von alten
Lebensmustern und Gewohnheiten.

Dich für den Schwellenübergang in
deine neue Zeit voller
Wunderenergien vorbereiten.



Tag 1 (1) - Innere Stimmen und Botschaften

1.) Was ruft dich gerade? Was ist deine Berufung?

Notiere dir jetzt möglichst genau, welche inneren Stimmen und Botschaften sich dir zeigen und dich dazu aufrufen, jetzt loszugehen, und an die Schwelle und das Tor des Übergangs zu gehen.

Tag 1 (2) - Der Prozess des Loslassens

Zu wissen, was man loslassen soll, ist Weisheit. Es auch zu tun, ist Mut. Und wenn man dabei den Kopf oben hält, ist Würde. Und eines Tages tut loslassen nicht mehr weh, weil du merkst, dass du nur den eigenen Schmerz festgehalten hast. (von Alexandra Schnetz, gefunden im Kanal Tangsworld)

a) Was möchte oder soll ich jetzt loslassen, um zur Schwelle des Übergangs in meine neue Zeit voller Wunderenergien zu gelangen? (Notiere bitte dazu deine ersten Impulse)

[illegible]

Tag 1 (3) - Helfer und neue Möglichkeiten

Auf dem Weg zur Schwelle des Neubeginns zeigen sich Helfer und neue Möglichkeiten, wenn du bewusst das Alte hinter dir lässt bzw. gelassen hast.

Notiere dir, welche Hilfestellungen dich jetzt wirklich weiterbringen würden?

Notiere dir auch, welche Helfer (Menschen, neue Freunde mit welchen Eigenschaften?) dich weiterbringen würden?

Schreibe auch in Stichworten auf, was sich dabei in deinem Umfeld und bei deinen sozialen Kontakten verändern müsste?

Tag 1 (4) - Lichtvolle Antworten

Im Ablöseprozess von alten Gewohnheiten und Lebensphasen ergeben sich natürlicherweise eine Reihe von Fragen, die offen sind, da es auch fraglich und offen ist, wo die Reise hinführen kann.

Nutze diese Grundfragen heute gezielt, um dich für lichtvolle Antworten zu öffnen, welche das Universum dir bringen kann.

Formuliere jetzt einige Fragen bezüglich deiner Thematik. Verwende gerne auch die Struktur und Vorschläge, die wir gemeinsam im Workshop besprechen

Tag 2

Den Schwellenübergang in ein neues
Leben voller lichtvoller Wunder
vollziehen



Tag 2 (1) - Verhinderer

Was hält dich derzeit noch zurück, dein Leben zu erneuern und dir Schmetterlingsflügel wachsen zu lassen (z.B. für deine Gesundheit, Finanzen, Freiheit...).

Notiere dir die Gründe, die dich an deinem Schwellenübergang in deine neue Zeit hindern. (zur Orientierung: welche Ängste, Glaubenssätze, Erfahrungen könnten es sein?)

Tag 2 (2) - Rückblick und Reflexion

Notiere dir, wo du in deinem Leben schon einmal an einem Schwellenübergang gestanden hast, aber durch irgendetwas zurückgehalten wurdest, den Weg weiterzugehen.

a) Wo und wann (in welchem Alter?) ist eine Tür über eine Schwelle in eine vielleicht wundervolle Zeit einen Spalt breit aufgegangen, aber du bist damals nicht durchgegangen oder konntest es nicht?

[illegible]

Tag 2 (3) - Deine Aurlandschaft

Was nimmst du in deiner Aura-Landschaft wahr? Welche Wege, Plätze, Wiesen, Wälder, Berge, Tore, Gebäude... zeigen sich dir?

Zeichne deine Aura-Landschaft als Skizze. Es geht nicht um künstlerische Gestaltung oder Schönheit... mache es spielerisch...und kindlich...

Lass es fließen und schalte dabei deinen Verstand aus und nimm wahr, was sich dir jetzt zeigt. Es hat eine Bedeutung!!

Gibt es düstere Regionen wie ein Moor, einen Sumpf, einen dunklen, verwachsenen Waldabschnitt... oder versperrte Wege durch Mauern oder Tore...(welche willst du einreißen?); Wie sieht dein Seelenschloss aus? Welche Zimmer gibt es, wie sehen sie aus? Wie sieht der Garten aus?



Tag 3

Ankommen im neuen Leben: Den
Neubeginn deines Traumlebens
bewusst erschaffen und gestalten



Tag 3 (1) - Begeisterung und Freude

Was bringt mich in vollkommene Begeisterung und Freude?

Notiere in Stichworten oder kurzen Sätzen Situationen oder Wünsche, welche eine große Freude und Begeisterung bei dir auslösen!

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Tag 3 (2) - Dein idealer Tag

Wie sieht ein idealer Tag voller Lebensfreude und wundervoller Glitzerenergien in deinem Leben aus?

(notiere dir bitte die Struktur dieses Tages und die 10 Ereignisse/Situationen/Inhalte dieses großartigen Tages deines neuen Seins)

Tag 3 (3) - Dein Wunderjahr

**Wie sieht das optimale Wunderjahr 2025 voller
Lichttransformation und Wunderenergien für dich aus?**

(notiere bitte die 4-5 wichtigsten Ziele, die du z.B. gesundheitlich,
finanziell und zwischenmenschlich oder in anderen
Lebensbereichen hast)

Wichtig: Formuliere es im Ist-Zustand und fühle schon jetzt die
Realität dieser Situation!

Danke

... und von Herzen viel Erfolg für deinen Transformationsprozess und die Verwirklichung deiner Wunderenergien. Wir begleiten dich gerne weiterhin dabei.

Deine Caroline & dein Christian



www.i-rise.de

kontakt@i-rise.de