

**Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA**

Elina Elthen

Mesajele Maeștrilor din Shambala

Editura Serenity, Brad, 2025

**Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA**

Copyright © 2025 Elina - Elven Star Academy

© 2025 Editura Serenity

Tehnoredactare: Eiron

*Toate drepturile asupra cărții aparțin autoarei. Nici
o parte a acestei cărți nu poate fi reprodusă sau
transmisă conform Legii Dreptului de Autor
nr.8/1996.*

Atenționare: Din cauza naturii materialului și a metodei de transmitere, Elina Elthen - Elven Star Academy, materialul nu oferă nici o garanție cu privire la punerea în practică. Cititorul nu o va putea face responsabilă pe Elina și Editura Serenity pentru rezultatele obținute din punerea în practică. Nimic din această carte nu trebuie interpretat ca oferind sfaturi juridice, educative sau medicale. Materialul este oferit doar drept reper de experimentare.

**© 2025 Editura Serenity, Brad, Telefon:
0747411413**

ISBN 978-606-95965-8-6

Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA

*Mesajele Maeștrilor de
Lumină din Shambala*

Situația energetică
și evoluția spirituală
Soma Chakra

Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA

MESAJE DE LA FIINȚELE DE
LUMINĂ DIN SHAMBALA

*transmise în timpul
meditațiilor publice*

Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN & SHAMBALA

*Dedic această carte tuturor căutătorilor de
eliberare,
în căutarea de a se calibra în Lumina Sursei și de
a evolua din ea,
în fericirea, armonia și plinătatea de a fi în
Lumină.
Căutătorilor în explorarea nelimitată a
universului,
din dorința arzătoare de a afla cine sunt cu
adevărat,
de a găsi resurse nelimitate,
de a găsi visele copilăriei ca fiind realitate,
de a afla că nimic din ceea ce am fost învățați
să fim și că "trebuie", nu este necesar.*

**Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA**

Namaste călătorule în eternitate !

Elina Elthen,

Fondatoare a școlii Shambalei aici pe

Pământ, Elven Star Academy,

Voice of Shambala și

Federației Galactice

**Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA**

CUPRINS

Prefață.....	9
Introducere.....	14
Meditația Soma Chakra.....	33
Mulțumiri.....	118

**Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA**

Prefață

*Semnificatia gestului si atitudinii
NAMASTE ca baza a invataturilor
fiintelor din Shambala*

Primul lucru invatat de la fiintele de lumina din Shambala, a fost sa invatam ce este si cum sa folosim NAMASTE. Gestul fizic si subtil, in sinea noastra, sau cu fiinta noastra de lumina.

Ne-au explicat ca folosirea lui NAMASTE face parte din natura evoluată launtric si in plus este o reglementare de natura subtila si

Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN & SHAMBALA

*conduita de comportament între ființele
interstelare din diferite națiuni.*

*Pentru a înțelege NAMASTE, ei ne-au
transmis simțirea subtilă a lui NAMASTE, ca
un gest de respect al câmpului celuilalt, cu
efect de separare și menținere compactă a
propriului câmp în raport cu cel cărui îi
adresăm NAMASTE.*

*NAMASTE este un gest elegant de salut, de
respect față de celălalt și o aclamare tacită,
subtilă, de respectare de către celălalt al
câmpului propriu. "Te respect și mă
respecti".*

*Incluzând și salutul: "Te salut! Te respect și
mă respecti ca și câmp, și ca ființă."*

Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN & SHAMBALA

Utilizarea lui NAMASTE poate fi un gest realizat prin împreunarea palmelor. Acest gest este mai universal cunoscut și este folosit atât de către pământeni cât și între ființele de lumină. Există și alte forme de gesturi cu palemele NAMASTE care seamănă cu cel clasic, cu mici variații.

În afara gestului prin împreunare a palmelor, gestul este urmat și de un ușor salut, de înclinare ușoară a capului și uneori a corpului, deși ființele de lumină nu recomandă înclinarea corpului deoarece poate echivala cu o atitudine docilă de a "lăsa câmpul jos".

Când nu este realizat cu palmele, gestul NAMASTE, poate fi realizat în sinea noastră

**Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA**

*sau direct subtil cu palmele de lumina a
spiritului nostru de lumina.*

*O alta utilizare a lui NAMASTE, este pentru
a exprima ”multumesc”, recunostinta inimii.*

**Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA**

INTRODUCERE

*Text preluat din înregistrarea de la
sală din data evenimentului:*

*“Namaste, namaste, namaste, namaste,
namaste, online-ul Ne-am întâlnit astăzi
într-un moment special. Un moment special
pe care nu l-am ales în mod special ca zi de
meditație, ci pur și simplu așa s-a potrivit în
ghirimele spus. Deci nu am stabilit ziua
meditației, este stabilită de câteva luni și nu
știam că reprezintă și o cotitură și un
eveniment politic, dar știam sau simțeam că*

Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN & SHAMBALA

este o cotitură energetică foarte importantă și se pare că așa și este.

De altfel, așa cum am spus și în alte videoclipuri, transformările din plan fizic, acțiunile din plan fizic sunt în paralel, chiar dacă este vorba de alegeri, chiar dacă este vorba de ritmul transformărilor cotidiene, alegerilor transformării țărilor sau nu știu ce se întâmplă aici pe pământ, acest lucru este corelat de ceva vreme, este direct corelat și în mod concret corelat cu transformările energetice din planul de dincolo, în ghilimele pus dincolo, este vorba despre planul luminii. Adică dincolo înseamnă în afara mediului pământean. Noi respirăm mediul pământean, suntem familiarizați cu mediul pământean.

Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN & SHAMBALA

Dincolo înseamnă mediul care nu aparține corpului fizic, ci aparține în mod direct corpurilor noastre spirituale, corpului de lumină, acelui corp de lumină conectat în mod direct cu corpul fizic. Acel corp de lumină în care ne reîntoarcem după ce părăsim această lume pământească, acest mediu pământească, acel corp de lumină care călătorește de la o existență la alta, intrând într-o nouă reîncarnare.

Deci ceea ce s-a întâmplat acum, astăzi, este un moment de intensitate, intensitatea este dată efectiv de transformarea vremurilor de lumină și este dată de contribuția noastră. Foarte multe conștiințe activate, entuziaste, strălucind. Contribuție a conștiințelor

Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN & SHAMBALA

activate, strălucind luptând pentru o nouă schimbare, luptând pentru. Deci această atitudine de asumare, de luptă, au făcut să strălucească conștiințele, au o alegere și luptă pentru menținerea acestei alegeri. Această alegere este de fapt o coloană vertebrală de lumină din corpul fizic până în corpul de lumină și este condiția de susținere echilibrată în valul de trecere în noua Eră de lumină.

Explicând acest peisaj Energetic și dinamic al schimbărilor, voi repeta ceea ce am spus și în videoclipurile cu Federația Galactică, în acele podcasturi care au, se pare că au un mare impact, pe TikTok în special, au ajuns la 23.000 de vizualizări. Ce vreau să spun și să

**Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA**

*repet, am multe dialoguri acolo de lămurire
și oamenii sunt surprinzători de treziți, pur
și simplu nu le spun lucruri noi, ci...*

*Au simțit, dar așteptau confirmarea pentru
a se întări mai mult în ceea simt.*

*Confirmarea pentru ceea ce simțim este o
treaptă de evoluție de împuternicire a
corpului de lumină. El simte, trebuie să le
aducem aici, trebuie să le întărim prin
intuiția ce o avem în subtil. Să-i dăm
încredere, să fim puternici în ceea ce simțim
și acel lucru ne va menține într-un echilibru
și susținere în sursa vieții.*

Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN & SHAMBALA

Ceea ce am vrut să spun este că, așa cum am răspuns și pe TikTok, în perioada trecută nu a fost un simplu trecut, așa cum alegerile nu sunt simple alegeri, sunt transformări evolutive la nivel de conștiință a umanității. Sunt valuri de transformare care au ecou în mod direct și conexiune în mod directă cu planul de dincolo. Planul de dincolo însemnând că dincolo sunt maestrul luminați care ne urmăresc evoluția și așteaptă intervenție de susținere. Ei intervin oricum, dar depinde în mod direct de capacitatea de trezire a conștiințelor. Nu se pot băga buluc peste conștiințe opace și netrezite. Acolo este Federația Galactică, acolo sunt toți ceilalți care așteaptă să se unifice cu noi.

**Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA**

Unificarea cu noi produce marea trecere în noua Eră de lumină. La mod individual, datorită acestei expansiuni a conștiinței din ziua de astăzi, am avut imboldul, am și scris o mică postare pe Facebook, am avut imboldul, să spăl toate pietrele de susținere pentru a le activa, a le face mai vii, a le aduce la viață și se pare că am mai scris același lucru și Judith Cusel. Mi-a confirmat acest lucru pentru ceea ce simțeam și am râs. Dar viziunea interesantă pe care am avut-o, datorită acestei expansiuni a conștiinței dublată de multe vibrații luminoase și de asemenea dublată de multă energie întunecată care pare slăbită, dar există energie întunecată să fim clari, acest lucru a făcut un declic.

**Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA**

*Am fost surprinsă extrem de plăcut să am
viziunea bruscă. Am intrat într-o stare
bruscă de meditație, ca și cum aș fi în
profunzimea unei încăperi din mine, în
străfundul meu tăcut, unde parcă n-aș fi
ajuns niciodată. În acel străfund tăcut
precum o încăpere întunecată de tăcere,
liniște, neatinsă nici de karmic, nici de nimic
altceva. Este o esență acea cameră
întunecată și tăcută din străfundul sufletului
meu din esența profundă a sufletului meu.
Am simțit că este camera în care simt
nevoia să aprind o lumânare*

**Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA**

*pentru că este prima lumină de trecere în
noua Eră de lumină. Deci a fost ceva...*

Sublim

*Și salut cu namaste pe toți cei ce lucrează cu
Lumină. Haideți să-i dăm bătaie, că de
acum începe valul de transformare. Ceea ce
a confirmat și Judit Cusel spune că corpurile
noastre de lumină au fost eliberate și au
permisiune liberă de ascensiune în planuri
superioare 7D și 9D. Deci după cum ne-am
obișnuit în meditațiile Elina & Shambhala
avem capacitatea de ascensiune în mod
regulat pe 5D.*

Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN & SHAMBALA

Este extrem de familiară, nu mai este o simplă meditație. În primul rând partea introductivă deja urcă în 5D. Fascinant începe când pe la mijlocul meditației sau trei sferturi de meditație, începem să urcăm în 6D, 7D și am experimentat și 9D. În 9D, ce este specific este faptul că nu mai suntem decât conștiințe și se produc instant arderi karmice, doar să se poată sta mult, pentru că este greu de susținut o perioadă lungă stabilitatea pe acest plan. Prin urmare, antrenamentul prin aceste meditații se face pentru a rezista o perioadă lungă, cât mai lungă pe 5D, unde stăm și facem meditație de profunzime și manevre energetice. Apoi urcăm în 6D, unde stăm, facem meditații, ne stabilizăm și ne testăm capacitatea de a rezista cât mai mult timp. Apoi urcăm în

Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN & SHAMBALA

7D și la urmă am urcat în 9D. Toate aceste ascensiuni și experimentările acestor planuri ne aduce familiaritate. Toate aceste planuri de la 5D în sus constituie existența în o eră de lumină. Cel mai de jos plan în o eră de lumină este 5D adică exact cum a fost până acum, de când cunoaștem această existență, de când ne-am născut până în prezent eram familiarizați în mod instinctiv fără să ne punem problema cu a respira mediul 3D. În același fel, acum dăm la o parte 3D-ul pentru că vom trăi la nivel de 5D.

Va fi atât de familiarizat trăitul la 5D, încât vom trăi la fel ca și 3D-ul familiarizat până în prezent în această existență. Din nou, se sublinează faptul că cei care au coloană

**Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA**

vertebrală de a alege lumina, am spus coloana vertebrală se face prin asumare și alegeri conștiente. Acesta pentru că au fost două-trei persoane care mi-au spus astăzi, mi-au scris 'Eu nu aleg nimic pentru mine alege Dumnezeu'. Nu mai suntem în această postură. Nu mai este această postură în care să aleagă Dumnezeu. De această dată ați asuma și a face o alegere, îți formează coloana vertebrală de susținere în o eră de lumină. Nu se poate altfel.

Și nu, orice ați spune și ați vrea să contraziceți. vă rog verificați partea subtilă. Și dacă găsiți alt răspuns, doar să nu fie din minte. Pentru că multe lucruri mint din minte. Deci fără asumare conștientă a

Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN & SHAMBALA

acestei schimbări, nu te reacordezi la trecerea noii ere de lumină. Și așa cum sublinia și colega Judith Cusel, și de această dată la fel ca și în trecut, vor fi persoane care vor alege 3D pentru a experimentea în continuare. Pot fi persoane dragi nouă, pot fi persoane apropiate. Noi trebuie să înțelegem aceste lucruri, să fim înțelepți Să ne poziționăm pe creșterea de lumină fără să renunțăm la această creștere făcând compromisuri. Nu mai este vremea compromisurilor și presupunând că cineva face compromisuri va merge contra curentul evolutiv personal și va fi trezit de un val puternic de lumină care îl va lovi, îl va buși ca să-i dea o trezire să-i spună 'Hei, ce faci Parcă erai pe calea luminii? Unde te-ai rătăcit?'

**Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA**

Deci asta este situația. Suntem într-un moment puternic, un moment de răzgruce. Tot ceea ce facem contează. Tot ceea ce credem contează, produce modificări energetice ale propriului câmp. Orice asumări sunt esențiale, acum asumările sunt esențiale. De ce? Pentru că asumarea de evoluție în noua Eră de lumină înseamnă plasarea câmpului în acel val.

Fără asumare nu se face plasarea.

Deci plasarea propriului câmp se face prin asumare concretă nu vagă, nu lăsăm pe nimeni să aleagă în locul nostru. Am

Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN & SHAMBALA

*răspuns acelor persoane, pentru voi din
păcate nu alege Dumnezeu, alege sistemul,
este puternic sistemul. Suntem în această
perioadă așa am fost aduși până în acest
punct pe marginea prăpastiei încât curentul
întunecat este puternic și este necesar să
avem atitudine fermă și să alegem lumină
concret, răspicați, spunând în sinea noastră,
spunând cu glas tare, cum vreți, exprimați-
vă, alegeți, decideți. Pentru că se reflectă în
propriul câmp în mod direct, iar ceea ce se
reflectă în propriul câmp ne racordează sau
nu, la valul de trecere de ascensiune în noua
era de lumină*

*Sper că am lămurit anumite aspecte cu
acest mesaj. Ne vom retrage pentru a realiza*

**Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA**

*o meditație specială în această seară
deosebită. Și cei care rezonează și doresc să
experimenteze aceste meditații pot scrie
mesaj și se pot abona pentru meditația din
luna următoare. De asemenea va fi
disponibilă înregistrarea video și audio a
acestei meditații din această seară care va
avea o durată de o oră și jumătate.*

*Și ne mai auzim! Vă mulțumesc că m-ați
urmărit! Împărtășări cu drag! Namaste*

**Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA**

Elina Elthen

Julie 2025

**Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA**



**Colecția MESAJE DIN MEDITAȚII ELINA ELTHEN &
SHAMBALA**