

<b>Vorwort</b>	<b>9</b>
<b>Lied auf die Schönheit der Erde</b>	<b>13</b>
<b>Einleitung</b>	<b>14</b>
Über die Hathoren und wie ich sie wahrnehme	14
1. Übung: Frequenzerhöhung durch die Hathoren	18
Angelikas Bericht	21
<b>Heilung auf allen Ebenen unseres Seins</b>	<b>22</b>
2. Übung: Heilung der Zeitlinien in der Wirbelsäule durch Rückverbindung mit der Erde und der göttlichen Quelle	25
3. Übung: Heilung durch die Energiequalitäten der Neuen Zeit	39
<b>Durch Freude heil werden</b>	<b>43</b>
4. Übung: Lass deinen Heilungston erklingen	45
<b>Die grüngoldene Heilflamme</b>	<b>48</b>
5. Übung: Die grüngoldene Heilflamme für dich (und Partner-Übung)	50
6. Übung: Das grüngoldene Elixier	51
<b>Schutz vor negativen kollektiven Einflüssen</b>	<b>52</b>
7. Übung: Erschaffung der grün-silbern-goldenen Schutzhülle	55
<b>DNS-Meditation für den galaktischen Menschen</b>	<b>56</b>
8. Übung: DNS-Meditation	57
<b>Heilkraft aus dem Inneren der Erde</b>	<b>59</b>
9. Übung: Heilung der Kinder im Inneren der Erde	62
Marions Bericht	66
10. Übung: Das eigene Herz heilen, um das Herz der Erde zu heilen	69
11. Übung: Freude atmen – die Feuerwesen der Inneren Erde	74

12. Übung: Der Raum der Stille und Regeneration 76

Juttas Bericht 79

Marions Bericht 80

Heilung der Wunden in der Sexualität  
(mit den Delfinen der Inneren Erde) 83

13. Übung: In der Lagune der Heilung 86

Balance der Polaritäten im Inneren der Erde 89

14. Übung: Meditation zur Balance der Polaritäten 91

Begegnung mit der Schlange des Lichts –  
Bewusstsein und Manifestation der Neuen Erde 95

15. Übung: Meditation 97

Ankes Bericht 101

Die Magie unseres Herzens 103

16. Übung: Aus dem Herzen sprechen 107

17. Übung: Die kristalline Flamme der Transformation 109

18. Übung: Balance von Herz und Hirn 110

19. Übung: Die Aktivierung der Zirbeldrüse durch die Spirale des Herzens 113

Ich-du-wir – Gemeinschaft in der Neuen Zeit 116

20. Übung: Beziehungen heilen 118

21. Übung: Reise in die Halle der Dankbarkeit 121

Kurzer Austausch mit den Hathoren 124

Dankbarkeit und Wertschätzung –  
der Schlüssel für Freude, Fülle und Zufriedenheit 126

22. Übung: Segne die Situation mit deiner Herzenskraft 128

23. Übung: Kreis der Liebe, Dankbarkeit und Wertschätzung 129

Selbstliebe – Erinnerung an unsere göttliche Natur 133

24. Übung: Für die Selbstliebe mit dem Spiegel 135

Geschenke annehmen – von dir wünsche ich mir 138

25. Übung: Für die Erfüllung von Wünschen 140

Heilkreise aufbauen 142

26. Übung: Heilkreis für die Kinder unserer Welt 143

Eine Neue Erde miterschaffen 148

27. Übung: Eins-Sein mit der Natur 149

28. Übung: In die Frequenzen der Schöpfung eintauchen 151

29. Übung: Lichtmedizin der Hathoren für die Meeresbewohner 153

Andreas Bericht 157

30. Übung: Begegnung der Sternengeschwister 159

31. Übung: Freudig und leicht in die Neue Zeit 161

32. Übung: Hingabe macht frei 165

33. Übung: Eine Reise in die Liebe – die Große Venus-Meditation 167

Zum Schluss 190

Eine Botschaft der Hathoren für die Menschen der Neuen Erde 192

Danke 194

Literaturverweise 197

Über die Autorin 198

Bildrechte 201

Deutsche Veröffentlichungen von Tom Kenyon 202