

Vorwort	9
Lied auf die Schönheit der Erde	13
Einleitung	14
Über die Hathoren und wie ich sie wahrnehme	14
1. Übung: Frequenzerhöhung durch die Hathoren	18
Angelikas Bericht	21
Heilung auf allen Ebenen unseres Seins	22
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
Durch Freude heil werden	43
4. Übung: Lass deinen Heilungston erklingen	45
Die grüngoldene Heilflamme	48
5. Übung: Die grüngoldene Heilflamme für dich (und Partner-Übung)	50
6. Übung: Das grüngoldene Elixier	51
Schutz vor negativen kollektiven Einflüssen	52
7. Übung: Erschaffung der grün-silbernen-goldenen Schutzhülle	55
DNS-Meditation für den galaktischen Menschen	56
8. Übung: DNS-Meditation	57
Heilkraft aus dem Inneren der Erde	59
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	
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	
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	
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