

# **Deutsche Übersetzungen von Meditationen/Initiationen/Aktivierungen von Jonette Crowley**

(Stand 15.03.2025)

## **Meditationen zu besonderen Anlässen**

### **Meditation zum Geburtstag**

Inspiriert von ihrer eigenen Meditation zum Geburtstag hat Jonette eine für dich aufgenommen ... oder auch als ein perfektes Geburtstagsgeschenk an jemanden, der dir am Herzen liegt.

Diese Meditation unterstützt dich, die Power und den Flow zu erschaffen, um deine Zukunft unglaublich köstlich zu machen! Herzlichen Glückwunsch zu DEINEM Geburtstag!

Nach deiner ersten Bestellung, erhältst du 50% Rabatt weitere, die du verschenken möchtest.

### **11.11.11 – Initiation der Illumination: Aufgang der 12 Sonnenscheiben**

Die „Initiation der Illumination: Aufgang der 12 Sonnenscheiben“ ist eine sehr bewegende und grundlegende Meditation, gechannelt von White Eagle durch Jonette zum 11.11.2011. Sie ist kraftvoll und zeitlos.

Wir nutzen sie seit Jahren in unseren Soul Body Fusion® Seminaren und Retreats und unsere Teilnehmer lieben sie.

### **Aufstiegsaktivierung**

Jonette hat diese Aktivierung im September 2018 in Lhasa, Tibet, aufgenommen.

*Die Kraft von Tibet und dem Himalaya wird genutzt, um dich ins Erwachen im Nichts, im Nicht-Greifbaren zu führen und Aufstieg zu verkörpern. Du erfährst die Alchemie von ausgedehntem goldenen Bewusstsein und dann eine Explosion von Heiligkeit. Schließlich erkennst du dich als unendliches universelles Licht. Dies ist eine wahrhaft transformierende Meditation.*

## **Dezember 2017 – Begegnung mit den Aufgestiegenen Meistern**

*Zur Krönung unseres Jahres der „Geschenke für die fortgeschrittene Seele“ [Titel der Meditationen im Jahr 2017 - Anm. d. Übers.] handelt es sich bei dieser Meditation um eine Reise in einen Ort des Rückzugs und der inneren Einkehr der Großen Weißen Bruderschaft. Dort verbinden wir uns mit diesen Meistern, die uns geführt haben. Sie erkennen jetzt unsere eigene Meisterschaft an, zeigen uns, dass wir die Schlüssel in Händen halten, um uns selbst und die Menschheit auf diesem rasanten Weg der Erleuchtung fortzubewegen. Es ist eine Feier, wie weit wir alle schon gekommen sind!*

## **Meditationen im Rahmen der 2018er Serie „Aktivierungen fürs Leben“**

### **Januar 2018 – Erlaube Großartigkeit**

*Der Fokus dieser Meditation ist „heiliges Erlauben“, dich in einen höheren Flow kosmischer Unterstützung und aktiver Ermächtigung zu bringen. Du erfährst einen Zustand, der dir ermöglicht, Großartigkeit immer zu erlauben. Dies ist die erste Meditation in der "Aktivierungen fürs Leben" Serie – einer Serie von 12 transformativen Meditationen, die in dem jeweiligen Monat verfügbare besondere Energien anzapfen, um dir kraftvolle Bewusstseins-Updates für dein Licht zu bringen.*

### **Februar 2018 – Transzendentes ReOrganisierendes Prinzip**

*Diese Aktivierung von den Sternenältesten ist eine bedeutende Transmission, die alle Ebenen des Selbst - angefangen von unseren Atomen - neu organisiert. Wir geben uns dem bewussten Feld unseres Herzens hin. Wir werden kraftvoll auf unsere nächste Ebene gehoben, erfahren, was es wirklich bedeutet „high“ zu sein. Gib dir nach der Meditation mindestens eine Stunde Zeit zur Integration.*

### **März 2018 – Aktivierung der Lichtmeridiane: Lichtfasern – ein Upgrade unserer elektrischen Schaltkreise**

*Um unser Lichtpotenzial vollständig zu verkörpern zu können, braucht unsere physische Struktur ein drastisches Upgrade. Diese Meditation initiiert den Upgrade-Prozess unserer elektrischen Hauptmeridiane und aller Untermeridiane bis hinunter zu den feinsten Fasern oder Mikrotubuli von Licht, die von den Physikern der „Sitz des Bewusstseins“ genannt werden. Du wirst dich elektrisch geglättet und aufgefüllt fühlen, bereit, eins zu sein mit Licht und Wissen. Wieder einmal wirst du eine dauerhafte Veränderung erleben. Wir empfehlen dir dringend, diese Meditation monatlich zu machen, um dich im Aufstiegs-/Verkörperungsprozess zu unterstützen.*

## **April 2018 - Eine Aktivierung von Magie**

*Die Aktivierung in diesem Monat, aufgenommen in der Energie von Glastonbury während der mystischen England-Tour von Jonette im April, ist Excalibur, das magische Schwert von König Arthur, das die Schleier durchbohrt - eine Initiation von bahnbrechendem Bewusstsein.*

## **Mai 2018 - Kristalline Bergaktivierung und -klärung**

*Diese Aktivierung wurde an Christi Himmelfahrt - in der wörtlichen Übersetzung aus dem Englischen, dem Aufstiegstag - in den Schweizer Bergen aufgenommen. Du verbindest dich mit dem natürlichen erhebenden Vortex der Berge und der kristallinen Energie der Felsen, um eine ursprüngliche Kraft in dir zu aktivieren. Gemeinsam fokussieren wir diese Energie, klären Orte, die gestört und manipuliert wurden, ebenso wie dein eigenes Feld und deine Zellen.*

## **Juni 2018 – Aktivierungen der Sonnenscheibe in Transylvanien**

Diese Aktivierungen wurden während Jonettes Rumänien-Reise aufgenommen.

### **Teil 1: Tempelmeditation**

*Nimm deine Power zu dir zurück. Gehe durch das dreifache Portal und erkenne die Erde als Stern und dich selbst als Stern. Schwinge auf der Frequenz des Aufstiegs.*

### **Teil 2: Sonnenscheibenaktivierung**

*Sieh dich selbst als Eingeweihten, deine Zellen schweben dem Licht entgegen. Befreie verborgene Energien und Geheimnisse und bewege dich über die falschen Gitternetze von Begrenzung hinaus. Die Sonnenscheibe ist Teil einer Sequenz von Aktivierungen zum Erwachen der Erde.*

## **Juli 2018 – Aktiviere dein größeres Selbst**

*Mit dieser Meditation gehst du über dein kleines Selbst und seine Begrenzungen hinaus. Du erfährst energetische Regeneration auf einer Ebene von Größe, die du bisher nicht halten konntest. Du manifestierst höhere Werte und ein größeres Potential, wenn dein „kreativer Träumer“ aktiviert wird. Und fühle, wie du dich ausdehnst und zu einem Aktivierer von Größe für deine Umgebung wirst.*

## **August 2018 – Aktivierung von Vergebung**

*Vergebung, insbesondere tiefe Selbstvergebung und Vergebung von anderen durch alle Lebenszeiten hindurch zu empfangen ist der Kern dieser grundlegenden Aktivierung. Aktive Vergebung öffnet dein Herz und löst tiefen Schmerz, der deine Lebensenergie blockiert. Diese Aktivierung geht in Ebenen von Klärung hinein, für die du bisher noch nicht bereit warst. Du fühlst dich wiedergeboren – spirituell und zellulär.*

## **September 2018 – Aktivierung für Fülle & Flow**

*Wir bewegen uns in einen völlig neuen Flow von Lebenskraftenergie hinein, der uns Fülle auf allen Ebenen bringt. Diese Meditation führt dich zur Hingabe an den kosmischen Fluss der Schöpfung, wo du die Frequenz von Fülle verkörperst. Du findest dich in einem höheren Zustand wieder, der buchstäblich durch deinen Körper kribbelt. Jonette spürte nach dem Channeling dieser Meditation so viel Power, dass sie sich eine Stunde hinlegen musste, um zu integrieren.*

## **Oktober 2018 – Kronenaktivierung des Goldenen Lotus**

*Diese Meditation nutzt die Kraft von Tibet und dem Himalaya und führt dich dahin, Erwachen im Nichts, im Nicht-Greifbaren zu suchen. Die Aktivierungssequenz leitet dich zur Verkörperung des Aufstiegs. Du erfährst eine Alchemie von ausgedehntem goldenen Bewusstsein und dann eine Explosion von Heiligkeit. Du hast endlich ein gefühltes Wissen, dass du unbegrenztes Universelles Licht bist. Dies ist tatsächlich eine transformierende Meditation.*

## **November 2018 – Aktivierung von Stärke**

*Diese Aktivierung bringt Heilung für all die tiefen Ängste, die wir in uns tragen, Ängste, die unser Antrieb sind, die wir aber vielleicht noch nicht erkannt haben. MARK hatte vor Kurzem gechannelt, dass wir „von unserer Angst vor dem Schmerz eines Verlusts“ gesteuert werden. Diese Meditation ist eine direkte Transmission von Furchtlosigkeit, Zuversicht und Vertrauen in uns selbst. Angst und Furcht fallen in dem kraftvollen Raum, den Jonette hier channelt, ab.*

## **Bonus: Angst beruhigen**

Diese kurze Meditation kannst du immer nutzen, wenn du Angst spürst, wenn deine Gedanken um Sorgen kreisen oder wenn du verwirrt bist.

## **Dezember 2018 – Aktivierung von Lebenskraftenergie**

Jonette hat diese Meditation auf einem Boot im abgelegenen Papua, Indonesien aufgenommen.

*Werde aktiviert von der kraftvollen, harmonischen Lebenskraft der Natur. Kopple dich ab von Stress. Komme mit in die reinigende Lebendigkeit, die dich zurückversetzt in Ruhe und mit dem zugrundeliegenden Flow, dem Reichtum und der Fülle des Lebens auf der Erde verbindet. Dies ist ein verjüngender Erholungsurlaub!*

## **Meditationen im Rahmen der 2019er Serie „Türöffnungen und Portale“**

### **Januar 2019**

Gleich zu Beginn des Jahres 2019 öffnen sich die Türen sehr schnell. Als ein besonderes Geschenk zum Jahresanfang, gibt es diesen Monat zwei Meditationen von Jonette.

*Es sind Portale für kraftvolle Neuanfänge, um das Alte zu klären und einen neuen Kurs festzulegen. Du wirst inständig gebeten, in deinen Intentionen klar und unerschütterlich zu sein.*

### **Teil 1: Neumondmeditation**

Am 5. Januar war Neumond und es gab auch eine partielle Sonnenfinsternis, was diesen Tag zu einer besonders kraftvollen Zeit für Neuanfänge machte. Diese von Jonette gechannelte Meditation ist so gestaltet, dass du sie jeden Monat zum Neumond hören kannst. *Du wirst feststellen, dass diese Meditation eine wundervolle Möglichkeit ist, die reinigende und Intentionenverstärkende Power des Neumonds zu nutzen.*

Jonette lädt dich ein, Teil der weltweiten Meditationsgruppe „Lied des einen Herzens“ zu sein, die von Großmutter Par’Ris’Ha, einer Stammesältesten, ins Leben gerufen wurde.

Die Zeiten des Neumonds findest du im Internet, z.B. auf <https://www.kalender-365.eu/mond/mondphasen.html>

## **Teil 2: Das Portal des Super-Wolfs-Blutmondes**

Am frühen Morgen des 21. Januar gibt es eine totale Mondfinsternis im Supermond, der auch als Super-Wolfs-Blutmond bekannt ist. Jonette channelt die Energie während dieses wichtigen Mondevents, um Möglichkeiten zu öffnen, die Grundlage für ein transformierendes, magisches Jahr zu legen! Es ist eine wichtige Türöffnung in ein kraftvolles Jahr 2019 für jeden einzelnen und für alle.

### **Februar 2019 – Portal von Anmut und Gnade – „grace“**

Diese Meditation wurde am kraftvollen Tag des Chinesischen Neujahrs aufgenommen, mit dem wir in das Jahr des Goldenen Schweins eintreten.

*Lass dich mitnehmen in die unbegrenzte Realität von Anmut und Gnade – „grace“. Erfülle dich mit Licht und fließe mit den Strömungen der Leichtigkeit mit. Gehe für immer durch das Portal von „grace“ ... jenseits von Anstrengung ... Wirkung ohne Ursache. „Grace“ bringt dich in einen transzendenten Zustand. Wir laden dich ein, hindurch zu gehen. „Grace“ unterstützt dich!*

### **März 2019 – Portal des Erwachens – eine Meditation zum Frühling**

Jonette hat diese Meditation am Krafttag der Frühlings-Tag-und-Nachtgleiche und des Super-Vollmonds aufgenommen.

*Wir erheben uns aus der Dunkelheit und gebären eine neue Lebenskraft, die unser Bewusstsein, unsere Stärke und unsere Klarheit erweitert. Wir erfahren ein kraftvolles Wiedererwachen und die Erneuerung, die mit dem Frühling einhergeht. Du wirst gerne auf diese Meditation zurückgreifen, wann immer du eine Aufmunterung brauchst.*

Jonette gab uns dazu eine kleine „Warnung“ mit auf den Weg: *Drei Tage nach der Aufnahme, hatte ich eine der stärksten Erwachenserfahrungen, die ich JEMALS hatte! Ich sah, wie meine Seele durch die Dimensionen zu dem ‚Ort‘, an dem sie geboren wurde, reiste und ich bekam ein Upgrade zu ‚Jonette Version 2.0‘.*

### **April 2019 – Portal der Neugeburt**

Diese Meditation nimmt dich mit auf eine kosmische Reise durch die Dimensionen zu dem Ort des Ursprungs deiner Seele – jenseits von Zeit. Du wirst massive Frequenz-Upgrades empfangen, um eine größere Version deiner selbst zu werden. Du bist jetzt bereit, immenses neues Licht in deinem Körper zu tragen. Diese Reise ist sagenhaft – ihr Ziel ist es, dir zu helfen, mehr als je zuvor möglich war zu verkörpern!

Es könnte ein Wendepunkt in deinem Leben werden. Diese Meditation ist KRAFTVOLL!

### **Mai 2019 – Türöffnung zu Shambala**

Jonette hat diese Meditation am 19. Mai 2019, dem Wesak Fest oder Buddha Vollmond aufgenommen. In der E-Mail dazu schrieb sie: „Am Ende der Meditation konnte ich „sehen“, wie ihr alle ein wunderschön-sanftes, weißes Licht ausstrahlt. Es ist das erste Mal, dass ich je ein solches Licht aus den Körpern einer so großen Gruppe kommen sah.“

In der Einleitung erwähnt Jonette den Song „A hundred thousand angels“ von Bliss. Hier der YouTube Link:

<https://www.youtube.com/watch?v=MQx8oHEnq5Q>

Werde überschüttet von Liebe, Weisheit und Licht, wenn die himmlischen Wesenheiten dich durch die Türöffnung zu Shambala willkommen heißen. Du wirst dir deines ewigen Selbst bewusst, voller Freude ... und ja, du verkörperst die höheren Reiche so vollkommen, dass du fühlst, wie du selbst Licht ausstrahlst. Diese Meditation ist eine Transformation!

### **Juni 2019 – Mount Shasta Feenring**

Aufgenommen am 21. Juni 2019, der Sommersonnenwende, am Mount Shasta, Kalifornien.

Diese Meditation fand an dem magischen Feenring am Fuße des Wurzelchakras der Erde, inmitten eines Baumkreises, der immer noch von Schnee umgeben war, statt.

An diesem heiligen Baumkreis am Mount Shasta gehe auf deine eigene galaktische Reise ohne Ziel. Folge deinem Sternenstrom, sammle Geschenke ein und erinnere dich an gegenseitige Verbindungen. Sei unmöglich gesegnet, wenn die Tore von Telos und der Inneren Erde dich willkommen heißen. Schließe dich allen Wesen in einer Neugeburt an, wo wir uns vom „ICH BIN“ zur nächsten Ebene begeben – „WIR SIND“.

Gechannelt von MARK und White Eagle! „Die ganze Menschheit wird ihre Göttlichkeit finden.“

### **Juli 2019 – Portal der Heilung**

Aufgenommen am Tag der Sonnenfinsternis – einer starken kosmischen Öffnung, die Erde, Mond, Sonne und die Große Zentralsonne verbindet. Es ist eine wichtige Toröffnung von Realignment, Neuausrichtung, welche die unterbrochenen Beziehungen heilt, die uns von dem Einen getrennt hielten.

Wir nutzen diese Öffnung, um alle Zeitlinien aufzulösen, um die Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft zu heilen.

Jonette empfiehlt, diese Meditation jetzt, in zwei Wochen und noch einmal in vier Wochen zu machen, damit die Heilung über den Zeitraum von 28 Tagen – einen Mondzyklus – weitergeht.

### **August 2019 – Löwentor-Portal**

In der 8-8 Löwentor-Meditation erfährst du ein massives kosmisches Einströmen von Göttlichkeit, die durch uns hindurchfließt und sich in die Erde und alle Materie verankert. Ein neues Licht wird um dich herum geboren, eine verdichtete, physisch gewordene Strahlen, das für die Menschheit neu ist. In dieser Meditation von Power wirst du mit zwei Löwen interagieren, die das Tor hüten. Beim ersten Löwen geht es um das Erkennen und Transzendieren von Ängsten, beim zweiten Löwen öffnest du dich, zu empfangen. Die Energien, die sich durch das Tor ergießen sind hoch, tiefgreifend und du wirst erkennen, dass alles möglich ist.

Jonette empfiehlt, diese Meditation zu machen, wenn du anschließend viel Zeit hast, um den Shift zu genießen und zu integrieren.

### **September 2019 – Portal der Stärke**

Stärke ist die Anwendung von Power, Power in Aktion. In dieser sehr körperlich spürbaren Meditation, die in Norwegen aufgenommen wurde, fühlst du das „Feuer in deinem Bauch“, Stärke, die durch dich fließt. Du wirst erweckt zu einem neuen Gefühl von Klarheit, Selbstvertrauen und Bestimmung. Am Ende wirst du dazu angeleitet, Stärke in jedem zu sehen und dadurch die Dynamiken unserer Welt zu verändern und sie aus den Fesseln der Schwäche zu befreien.

### **Bonus: Heilung für Mutter Erde**

Eine wunderschöne Meditation mit dem Fokus auf Heilung und wertvollen Hinweisen von MARK zu Heilung generell.

### **Oktober 2019 – Die Türöffnung der Rekrystallisation**

In der Einleitung spricht Jonette über die energetischen Durchbrüche in den letzten Wochen. In der Meditation empfängst du ein Upgrade deiner eigenen kristallinen Struktur. „Wir bereiten uns darauf vor, eine führende Rolle einzunehmen im menschlichen Bewusstsein, dass aus der falschen Matrix ausbricht.“



## **November 2019 – Türöffnung zu den Ahnen**

Jonette hat diese Meditation an Allerseelen, dem „Tag der Toten“ aufgenommen.

In dieser Meditation ehren wir unsere direkten Vorfahren, bitten sie um Heilung und lassen sie los. Wir dehnen unsere Liebe aus, um die Astralebene von allen, die sich in einem Schwebestand verloren haben, zu klären. Und schließlich fokussieren wir unser Licht auf diejenigen, die alle Hoffnung auf Vergebung aufgegeben haben.

Es ist eine kraftvolle gemeinsame Klärung, die uns von dem befreit, was uns vorangegangen ist.

## **Dezember 2019 – Tor der Delfine**

Die Inspiration zu dieser Reise empfing Jonette auf einer Reise nach Tahiti.

Jonette nimmt dich mit in eine multidimensionale Welt von Selbstentdeckung mit den Delfinen als deine Führer. Dein Herz und deine Imagination öffnen sich, während du zur Heilung in die Kristalhöhlen reist. Du siehst dich auf eine Art widerspiegelt, dass du siehst, was du bisher nicht sehen konntest. Kommuniziere mit den Delfinen und allen Lebewesen in einer kosmischen Lichtsprache, die über Worte hinausgeht und dich lehrt.

Du wirst Lust haben, dich immer wieder auf diese wundersame Reise zu begeben.

# **Meditationen im Rahmen der 2020er Serie „Geschenke der Engel“**

## **Januar 2020 – Der Engel der Barmherzigkeit**

Wir beginnen dieses Jahr mit einer äußerst kraftvollen Klärung. Der Engel der Barmherzigkeit wird manchmal im Augenblick des Todes gesehen und bringt vollständige Vergebung, die dich von alles befreit, was vorher war, Damit bereitet er dich auf eine höhere Realität vor. Diese Meditation leitet dich an, Barmherzigkeit, Vergebung – vor allem Selbst-Vergebung – und Wohlwollen zu verkörpern. Du wirst dich erhoben, leichter und dazu bereit, das neue Jahrzehnt ermächtigt, unterstützt und zutiefst geliebt zu beginnen.

## **Februar 2020 – Der Engel des Lernens**

Dieser Engel berührt unser Herz, um Überzeugungen zu klären, über die wir hinausgewachsen sind, und strukturiert uns neu, damit wir in dem reichen Fluss von Weisheit des Universums stehen. Sie erinnert uns daran „ohne Lektionen zu lernen“. Die Meditation versetzt dich in einen unglaublich starken Zustand und gibt dir ein Gefühl von Gewissheit und Klarheit. Im Alten Testament ist Dina oder Jophiel der Erzengel, welcher der große Lehrer der Propheten ist. Man sagt, sie ist die Hüterin des Siebten Himmels.

Sei darauf vorbereitet, dass diese Begegnung mit den Engeln dich für eine Reihe von spontanen Erkenntnissen öffnet! In der Nacht, in der Jonette diese Meditation aufnahm, hatte sie sehr klare Träume, die ihr zeigten, wo sie in ihrem Leben noch im Widerstand gegen den im Flow ist. Genieße diese Unterstützung für dein persönliches und spirituelles Wachstum.

## **März 2020 – Der Engel der Unterstützung**

In diesen verwirrenden Zeiten, in Zeiten von schnellem Wachstum und Veränderung, ist SIE da, um Mitgefühl, Verständnis, Vergebung und Trost anzubieten. Nur selten haben wir uns erlaubt, so offen zu sein und bedingungslos unterstützt zu werden. Dieser Engel und alle in den Engelreichen erinnern uns daran, dass wir nichts allein bewältigen müssen.

Die Meditation lädt dich ein, tief nach innen zu gehen und darin unterstützt zu werden, loszulassen, was dir nicht mehr dient. Am Ende fühlst du, wie deine eigene wahre Kraft aufsteigt, und zusammen mit dem Engel der Unterstützung, strahlst du kraftvolle Unterstützung zu deinen Liebsten und allen auf der Erde aus. Dieser Engel wird einer deiner engsten Helfer werden.

## **April 2020 – Erzengel Raphael – Der Engel der Heilung**

Der Bedarf an persönlicher Heilung ist sehr stark. Erzengel Raphael vom grünen Strahl führt uns durch einen wichtigen mehrstufigen Prozess. In einem ätherischen Heilungstempel kümmern sich Engel um unsere physischen Bedürfnisse. Für emotionales Loslassen und in Balance bringen nehmen sie uns mit in eine Kristallkammer, für mentale Heilung in einen Klangraum und schließlich gelangen wir in einen paradiesischen Garten, um spirituelle Erkenntnisse zu empfangen. Die Energien sind kraftvoll! Gib dich hin und gib dir viel Zeit, um den gesamten Prozess für dich zu nutzen.

## **Mai 2020 – Erzengel Michael und die Engel der Stärke**

Jonette nahm diese Meditation am Tag des Mai-Vollmonds, der Wesak-Vollmond oder Buddha-Vollmond genannt wird, auf.

Diese Meditation ist ein Aufruf zu Power. Du wirst durch eine Tür geführt, um Erkenntnisse aus vergangenen Mustern von Machtlosigkeit zu empfangen und dich selbst in die volle Präsenz von verkörperter Stärke zu bringen. Du verbindest dich wieder mit deiner einzigartigen Entschlossenheit, Klarheit und Power, indem du die Stärke in anderen siehst. Diese Meditation erinnert dich daran, wer du bist.

### **Juni 2020 – Engel der Vergebung**

Mit allem, was in den USA und in der Welt geschieht, erinnert uns der Engel dieses Monats daran, wie wichtig Vergebung ist, um Fortschritte in unserer Heilung zu machen – als Individuen, als Gesellschaft und als universelle Wesen.

Diese Meditation nimmt dich mit in eine Tiefe von Heilung und Loslassen, die uns nur Vergebung schenken kann. Vergebung wird zum Gegenmittel, das uns von Schmerz befreit und uns wieder das Licht zeigt.

### **Juli 2020 – Engel der Freiheit**

Dieser Engel erinnert uns daran, dass Freiheit nur aufrechterhalten werden kann, wenn wir in unserer Power stehen. Wir verbinden uns wieder mit einer feinen, goldenen Power, die durch unseren Körper fließt. Dann sind wir bereit, im Licht der Freiheit zu stehen, uns von den Begrenzungen der Vergangenheit zu befreien und uns selbst zu vertrauen, um in das Unbekannte zu gehen. Der Engel der Freiheit unterstützt uns dabei, uns von allem zu befreien, was uns zurückhält. Vertrauensvoll befreien wir unser Herz und unsere Seele, damit sie unsere Leitsterne werden können.

Jonette hat diese Meditation am 4. Juli, dem amerikanischen Unabhängigkeitstag, aufgenommen.

### **August 2020 – Behütende Engel**

In diesem Monat bekommen wir die unglaubliche persönliche Unterstützung zu „sehen“/fühlen, die uns die Engelwesen aller Dimensionen geben. Mit unserer Abkopplung vom Universum verschwand auch unsere Fähigkeit zu WISSEN wie sehr wir geliebt, beschützt, geführt und behütet werden von großartigen Wesenheiten, die so viel Macht und Mitgefühl haben.

Erlaube dir dich hinzugeben und dich in die liebenden Arme deines persönlichen Teams von Schutzengeln fallen zu lassen.

## **September 2020 – Engel der Berge**

Die „Geschenke der Engel der Berge“ ist wirklich eine spektakuläre Meditation!

Für diese Meditation wurde Jonette zum Grand Teton in Wyoming gerufen, einem Berg, der sich im April in ihrer Vision zeigte. Man sagt, dass die Ureinwohner von den Tetons als den „Vier Großmüttern“ sprachen. Um diese Meditation aufzunehmen, wanderte sie auf eine Höhe von knapp 3000 Metern hinauf zu einem natürlichen Amphitheater aus Felsen und einem Gletschersee zwischen dem Grand Teton und dem Mittleren Teton.

Du wirst fühlen, wie du mitgenommen wirst in eine innere Welt von Engeln und Meistern, denn die „Königlichen Tetons“ sind bekannt als der Rückzugsort der Großen Weißen Bruderschaft. Du wirst von den Wesenheiten dort Geschenke empfangen und dich dann diesen großartigen Wesen anschließen und der Welt deinen Segen zu spenden. Am Ende bringt man uns alle in eine geheime Bibliothek von kodierter Weisheit und Wissen. Du wirst transformiert werden!

## **Oktober 2020 – Die Engel des Medizinrads**

Diese Meditation wurde in New Hampshire aufgenommen, wo Jonette und andere Großmütter die Zeremonie vom „Heiligen Reifen des Lebens“ machten.

In dieser Meditation versammeln wir uns in einem Medizinrad mit den Engeln, Großmüttern und den Hütern der Weisheit, um im Kreis herum zu gehen und einen Vortex des Wachstums zu betreten. Die erste Runde ist, um zu empfangen, die zweite, um unsere Power zu integrieren und die dritte, um zu dienen. Während unserer letzten Runde in diesem Medizinrad erkennen wir das Zeichen, das wir in dieser Welt setzen – unsere Fußspuren im Sand.

## **November 2020 – Erzengel Jophiel – Der Engel der Weisheit und Schönheit**

Unsere Meditation verbindet uns mit dem großen Erzengel Jophiel und wir nehmen alle Aspekte von „Voller-Schönheit-sein“ in uns auf. Das öffnet so vieles, was in uns verborgen war. Wir verkörpern die Geschenke dieses Engels: Weisheit, Verständnis, Einfühlungsvermögen, sowie weises Unterscheidungs- und Urteilsvermögen. Dieser Prozess ist expansiv und manchmal sehr physisch. Er führt dich dahin, zum Flammenschwert der Wahrheit zu werden. Wir erinnern uns daran, dass wir Erleuchter („illuminators“) sind, Anführer des Lichts („Light leaders“) in unserer Welt.

## **Dezember 2020 – Der Friedensengel**

“Fürchtet euch nicht! Ich bin der Friedensengel. Betet mit mir.” Diese Worte wurden im Jahr 1916 zu drei Hirtenkindern in Fatima gesprochen. In dieser Meditation stimmen wir uns ein auf die Schwingungen von Frieden – auf jeder Ebene von Körper und Seele. Wir finden Ruhe und Zuflucht. Wir strahlen aus unserem eigenen tiefen goldenen Wesenskern und werden in Leichtigkeit, Liebe und Gelassenheit durch das Neue Erwachen geführt, das die Menschheit jetzt erfährt. Der Engel erinnert uns vor allem daran, dass wir sicher sind.

## **Meditationen im Rahmen der 2021er Serie „Persönliche Unterstützung & Wachstum“**

### **Januar 2021 - Trauma erlösen**

Wir alle haben Trauma ... auf der Oberfläche oder unterdrückt oder aus früheren Leben mitgebracht. Um uns in die bestmögliche Position zu bringen, unser Wachstum in 2021 zu stärken, beschäftigen wir uns zuerst mit Trauma.

Diese Meditation nutzt eine Vielzahl gechannelter Frequenzen, die nicht geheilte Anteile tief in unserem Unbewussten entriegeln und lösen, oft sogar ohne dass es notwendig ist, Einzelheiten davon zu kennen, was herausgelöst wird. Das Resultat ist, dass wir eine neue Leichtigkeit erfahren und mehr dazu in der Lage sind, das Leben im vollen Umfang und absichtsvoll zu leben. Wir gehen frei weiter.

### **Februar 2021 – Aus der Angst herausgehen**

Angst ist die Grundlage von so vielen unserer Handlungen und Gefühle. Sie schränkt uns auf eine Art und Weise ein, die wir nicht mal merken. Diese Meditation ist unsere Gelegenheit, unser goldenes Herzlicht, inneren Frieden und Ruhe dafür zu nutzen, unseren Zellen von Angst zu befreien. Wir erheben uns in einen Zustand, wo der „Angstvirus“ nicht mehr im Schatten unserer Reaktionen lauert.

Die Meditation leitet uns an, Angst aus unserem Reptiliengehirn neu zu programmieren. Wir kommen in einen Zustand, wo wir tief durchatmen und im Vertrauen sein können.

### **März 2021 – Freiheit von Schuld**

Schuld nimmt uns die Power und reduziert unseren Blick dafür, was wir für möglich halten. In dieser gechannelten Meditation reisen wir zu einem

Tempel in Shambala, wo wir die Freiheit und Strahlkraft eines Lebens ohne Schuld erfahren. Wir schauen uns die Akasha-Chronik an, um die Lektionen aus diesem und früheren Leben zu lernen, ohne an der Last unserer Fehler festzuhalten. Wir vergeben anderen und genießen ihre Vergebung uns gegenüber. Wir schmecken die süße Kraft von Ho'ppono'pono: „Es tut mir leid. Bitte vergib mir. Danke. Ich liebe dich.“ Wir befreien uns selbst.

### **April 2021 – Stress und Angst heilen**

In der heutigen Welt ist es schwierig, unseren Verstand abzuschalten und eine Atempause zu bekommen von dem Stress und der Angst des Lebens. Diese Meditation gibt dir die Erfahrung, tiefe, innige Unterstützung aus den höchsten Reichen zu empfangen. Du wirst durch einen Heilungsprozess geführt, der die „Stressrezeptoren“ in deinem mentalen, emotionalen und physischen Körper transformiert. Du gehst in eine viel höhere Schwingung – auf deine „Ruhe-Basis“.

### **Mai 2021 – Deinen Flow öffnen**

Heiße Fülle und Flow in deinem Leben willkommen, indem du dich in deinen eigenen goldenen Fluss von Licht hinein öffnest, dich hingibst in das Vertrauen darin, was sich entfalten könnte.

Diese Meditation öffnet uns über die Begrenzungen unserer Wünsche hinaus und stimmt uns ein auf die weiten Flows des Universums. Sie bringt uns auf Kurs, um das zu empfangen, was wir uns noch nicht einmal vorstellen können. Wir fühlen die großartige Power von „ICH BIN, WAS ICH BIN.“

Du wirst diese Meditation gerne öfter wiederholen wollen, denn sie enthält Schichten von Energien einer Entfaltung in großartige Fülle hinein!

### **Juni 2021 – Wieder Hoffnung einbauen**

Wir säen Hoffnung in das Feld von Quantenpotenzialen, aus dem wir unser eigenes Leben und die Zukunft unseres Planeten erschaffen. Die Menschheit hat so oft die Hoffnung verloren, dass sie nicht mehr wagt, sich vorzustellen, was möglich sein könnte.

In dieser Meditation interagierst du mit den höheren Lichtwesen, um wieder Hoffnung einzubauen ... und Spaß ... in die Struktur unendlicher Möglichkeiten für dich selbst, deine Liebsten und die gesamte Menschheit. Hoffnung ist, was uns aus der Matrix erhebt, in der wir seit Jahrtausenden feststecken. Du wagst es, zu wagen! Deine Zellen werden lächeln :-)!

## **Juli 2021 – Jenseits von Verrat**

Rasante Transformationsenergien eröffnen immer eine Gelegenheit für tiefste Heilung. So sehen wir jetzt wie Verrat, die zentrale Emotion die uns im Rad des Karmas hält, sich zeigt, um geheilt zu werden.

Diese Meditation adressiert drei Ebenen: Verrat durch andere, Verrat an sich selbst und „Geburtsverrat“, i.e. das Gefühl, von Gott verlassen zu sein.

Der Weg der Heilung, den wir gehen, führt zu Heilung, Vergebung und die Wahl einer höheren Perspektive. Am Ende fühlen wir uns leichter, in unserer Kraft, und aus der Opferhaltung befreit. Wir schaffen neue Muster für eine kraftvolle Zukunft für uns selbst und die Menschheit – jenseits von Verrat.

## **August 2021 – Reinigung mit Licht**

*Wenn sich alles beschleunigt, ist Reinigung eine wichtige Grundlage dafür zentriert zu bleiben.*

Um die bedeutenden Portale der Transformation, die sich jetzt öffnen, bestmöglich zu nutzen, ist das Wichtigste, das wir tun können, gereinigt zu werden – gereinigt auf allen Ebenen des Seins.

Jonette führt dich in eine reinigende Meditation und nutzt dabei den Regenbogenlichtkörper, ein Aufstiegswerkzeug, von dem im tibetischen Buddhismus berichtet wird.

Du wirst darum gebeten, diesen Prozess innerhalb von 7 Tagen dreimal zu machen, und dann noch ein paarmal im Jahr. Erwarte, dass Frieden und Leichtigkeit deine Grundlage werden, wenn du weitergehst.

## **September 2021 – Folge deinem Stern**

„Ultimatives Empowerment kommt, wenn du nach Hause kommst zu deinem eigenen, einzigartigen Licht.“

In Zeiten des Übergangs könntest du fühlen, dass du deinen Leitstern verloren hast. Diese Meditation verbindet deinen Herzstern mit deinem Geburtsstern. Dann führt sie dich auf deinem Lichtweg bist du bereit bist, Flügel anzulegen und zu fliegen – der Stern zu werden, der du bist. Dein Kompass ist für immer in dir. Die Schatten verschwinden. Dein eigenes Strahlen schützt dich. Du bist zu dir nach Hause gekommen. Du wirst nach dieser Meditation eine dauerhafte Veränderung fühlen.

## **Oktober 2021 – Träume groß!**

Unsere persönlichen Durchbrüche werden erweitert durch die Fähigkeit unseres Herzens, groß zu träumen!

Jonette bringt diese Meditation von der Insel Moorea in Französisch-Polynesien zu dir ... einem Paradies der Träume. Du wirst in eine virtuelle Realität von endlosen Träumen eingeladen. Akzeptiere, sei es dir wert, ziehe magnetisch an, ohne jegliche Begrenzungen deines Geistes. Träume groß für dich, deine Liebsten und unsere Welt. Genieße diesen ausgedehnten Raum.

## **November 2021 – Steh in deiner Kraft!**

*„In unserer Kraft zu stehen, ist eine Wahl. Es hängt von deinem Fokus ab.“*

Diese Meditation, die in den Energien von 11:11 aufgenommen wurde, stärkt „Liebe als Power“.

Jonette führt dich durch sechs Schritte, wie du in deiner Kraft stehst: Deine Haltung meistern, deinen Atem, deinen Flow, deinen Geist, dein Herz und deine Erdung. Dann nutzt du diese kraftvolle Position, um dir Szenarios aus der Vergangenheit wieder anzuschauen – aber dieses Mal aus einer Haltung von Power. Schließlich gehen wir mit unserem ermächtigten Selbst in die Zukunft und erschaffen damit eine ermächtigte Welt.

Du wirst feststellen, dass dieser Prozess ein automatisches Werkzeug wird, mit jeder Situation umzugehen und dir selbst zu vertrauen.

## **Dezember 2021 – Feiern**

*„Feiere deine Bereitschaft, in deine Zukunft zu springen!“*

Die großartigste Energie für bewusste Schöpfung ist Feiern! Diese Meditation führt dich durch drei Teile von Feiern: 1. Anerkennen dessen, was du bisher erreicht hast, deiner Erfolge und Siege, 2. Feiern von Neuanfängen, während wir unseren Fokus auf das Unbekannte richten, das vor uns liegt, und 3. Feiern als Teil des schrittweisen Wachstumsprozesses. Du fühlst die chemische Reaktion, wenn das Energiefeld von Feiern in dir entzündet wird – dich ausdehnt in Freude, jenseits von Begrenzungen.



## **Meditationen im Rahmen der 2022er Serie „Aufstiegsschule“**

### **Januar 2022 – Schwert der Wahrheit**

Die Meditation „Schwert der Wahrheit“ beginnt unsere 12-monatige Aufstiegsreise. Sie trennt unsere internen Beschränkungen, Glaubenssysteme, karmischen Muster und Ängste auf überraschend physische Art und Weise ab. Dann bringt sie uns auf einer Ebene in Balance, die wir nur selten zugelassen haben und bereitet uns auf die erhellende Macht der Wahrheit vor.

Mit dem Schwert als unserem neuen „Core“ (inneren Kern) werden wir magnetisch für Wahrheit und rufen unser Licht und unsere Stärke hervor, um dieses neue Jahr zu erschaffen ... nach unseren Bedingungen.

### **Februar 2022 – Auftrieb, wenn du feststeckst**

Manchmal gelingt es dir einfach nicht, auf eine höhere Ebene zu gehen. Du bist traurig, sauer, hast einen schlechten Tag.

Diese Meditation bringt dich raus aus deinem Kopf und erhebt dich von deinen Zehenspitzen an in einen zauberhaften Zustand, in Magie, Lachen, Wünsche und Freude.

Diese Meditation könnte eine deiner Lieblingsmeditationen werden ... diejenige, auf die du zurückgreifst, wenn dir wirklich nicht danach ist.

### **März 2022 – Friedensportal**

Wenn Krieg wütet, stärken wir unsere spirituellen Verbindungen, um tiefen inneren Frieden aktiv auszustrahlen.

Diese Meditation erhebt dich über Konflikt und Angst hinaus.

### **April 2022 – Die Feenwelt öffnet sich**

Die Tore zu den unsichtbaren Reichen der Feen und der Sidhe öffnen sich jetzt für uns. Diese Meditation erstaunt und begeistert, wenn du dich an deine Verbindungen erinnerst und deine eigene Magie wiedererweckst.

Du wirst eingeladen, deine Frequenzen zu reinigen, um den Vortex der nicht-physischen Welt zu betreten, wo du einen Geistführer triffst, der dich zuerst in das Reich der Sidhe mitnimmt, unseren nicht-menschlichen Cousins. Als nächstes erfährst du eine unbeschreibliche Verbundenheit zwischen uns und

der Welt der Natur. Schließlich öffnest du dein Gewahrsein für die Feen in den tieferen Reichen des nicht-physischen Wunderlands.

Du wirst diese Meditation wiederholen wollen als Training, um diese magischen Verbindungen leichter erfahren zu können.

### **Mai 2022 – Der Weg der Schönheit**

„Möge ich mit Schönheit um mich herum gehen.“

Die Navajo haben einen Segen: Ich gehe in Schönheit. Diese Meditation transformiert, was dunkel, vergessen und verloren war, in den Weg der Schönheit. Du erfährst deinen eigenen Aufstieg in eine Welt von Geborgenheit, Weichheit und Vergebung. Der Weg selbst transformiert dich in volle Schönheit. Indem du das jetzt bist, transformierst du die Welt.

### **Juni 2022 – Deine Seelenfamilie rufen**

„Es ist sicher, Du zu sein.“

Diese Meditation verstärkt die einzigartige Schwingung deiner Seele, die deine Seelenfamilie magnetisch zu dir anzieht. Wir verbinden uns mit unserem Tribe von denen, die jetzt leben, und dann zu unserer größeren Seelenfamilie aus allen Zeiten. Die Liebe und Unterstützung, die du hereinlässt, ist die Essenz von Heilung.

Dieses Nachhausekommen sorgt dafür, dass es sicher ist, Du zu sein und dein Herz vollständig dafür zu öffnen, Liebe zu sein.

Du bist unendlich verbunden und niemals verloren.

### **Juli 2022 – Sich von Ballast befreien**

In dieser Meditation nutzt Jonette die Metapher einer Ballonfahrt.

Wir können weiter mehr heiße Luft in unseren Ballon hineingeben, aber er kann nicht abheben, bis wir die Sandsäcke abwerfen, die wir ewig mitgeschleppt haben.

In dieser Meditation wirst du geführt, deinen Korb von Mustern, Traumata, Ängsten etc. zu leeren. Jetzt bist du dazu in der Lage aufzusteigen und mühelos über einer neuen Landschaft zu schweben. Du schließt dich anderen in dem farbenfrohen Fest eines gemeinsamen Aufstiegs an.

Diese Meditation ist Leichtigkeit und Freude!

## **August 2022 – Du bist Licht**

Die Weiße Büffelkalbfrau begrüßt dich: „Ich halte das Licht der Stille, und mögest du dich in diesem Licht erkennen.“

Deine Essenz löst sich auf, hinein in ein unendliches, reines, weißes Strahlen, und sie gibt dir den Schlüssel dazu, deine eigene Heiligkeit zu erfahren ... jenseits von Worten oder Gedanken. Aus diesem Einssein heraus spürst du dein eigenes, einzigartiges Licht, deine einzigartige Schwingung, feierst sie, ehrst sie. Jetzt fühlst du die Schönheit jedes Lebewesens ... alle ein göttlicher Tanz von Ganzheit.

Du wirst durch das Licht befreit.

## **September 2022 – Sich aus dem Stress erheben**

Löse Stress aus deinem Körper!

Diese Meditation ist einzigartig, denn sie ist wie eine ‚psychische Operation‘, um Stress aus deinem physischen Körper herauszulösen. Dann meditieren wir mit hochfrequenten Wellen, um zu helfen, den Schaden, der durch Stress verursacht wurde, zu heilen und unsere automatischen Reaktionen, sowohl gegenüber äußeren Stressoren, als auch Stress, den wir durch unsere eigenen Ängste und falsches Denken kreierte haben, umzustrukturieren.

Nimm dir mindestens 90 Minuten für diesen Prozess.

## **Oktober 2022 – Die goldenen Codes**

Empfange die Aktivierung deiner eigenen goldenen Codes!

Diese Meditation ist eine Aktivierung für deine Zukunft. Sie führt dich in eine lange, tiefe Stille, bis du deinen goldenen Aktivierungsstuhl gefunden hast. Auf dem Stuhl sitzend empfängst du deine eigenen Goldenen Codes und wirst zu einem fein gestimmten Instrument deiner eigenen Potenziale.

Lass dir viel Zeit für diesen Prozess. Das meiste geschieht jenseits von Fühlen oder Sehen. Vertraue der Stille.

## **November 2022 – Refugium**

Dies ist eine großartige Segnung für dich, um dich wieder aufzuladen und zu erfrischen. Wer im Aufstieg ist, zieht sich vor der nächsten großen Portalöffnung immer in ein Refugium zurück.

In dieser Meditation wirst du geführt, um deinem Höchsten Selbst zu begegnen und Klarheit und Antworten zu bekommen, dann weiter in den

„Familienraum“, um dich mit Liebsten zu verbinden. Und schließlich entdeckst du den „Postamt“-Raum, um dich zu öffnen für Botschaften aus dem gesamten Kosmos zu öffnen. Wenn du herausgehst, bist du bereit für die höchstmöglichen Resultate.

## **Dezember 2022 – Fliegen**

Breite deine Flügel aus und erlaube deiner Seele zu fliegen!

All unsere Studien und Durchbrüche haben uns hierhin gebracht – dass wir mutig heraustreten aus dem, was uns vertraut ist, und fliegen. Mut und Entschlossenheit haben uns geführt, aber beim letzten Schritt geht es um Vertrauen.

Diese Meditation unterstützt dich, weiter und höher zu gehen als du je warst.

## **Meditationen im Rahmen der 2023er Serie „Führe dein Leben“**

### **Januar 2023 – Aus Power heraus führen**

*„Power ist nicht so sehr etwas Neues zu bekommen, sondern loszulassen, was uns zurückgehalten hat.“*

In dieser Meditation machen wir uns die massiven klärenden Energien, die jetzt verfügbar sind, zu Nutze, um uns durch eine Initiation zu führen, in der wir Stellen, wo wir unsere persönliche Power versteckt haben, erkennen und befreien. Die Stimmen in unserem Kopf, die uns zurückgehalten haben, werden anerkannt und transformiert, während wir durch Räume von Angst, Wut, Schuldzuweisung und Reue gehen.

Unser Körper fühlt sich anders, wenn wir in eine Feier gehen und Symbole unserer persönlichen Power einsammeln. Wir erkennen, dass jetzt die Zeit ist, die Führung in unserem eigenen Leben zu übernehmen und aus der Power heraus zu führen. Das können wir nur gemeinsam machen.

### **Februar 2023 – Aus deinem Herzen heraus führen**

*„Liebe hat keine bestimmte Größe.“ – White Eagle*

In diesem Monat der Liebe führt dich unsere von White Eagle gechannelte Meditation dahin, die Kontrolle deines Schicksals von deinem immer beschäftigten Verstand an dein Quantenherz zu übergeben. Indem du die Frequenzen von Geist und Körper mit der transzendenten Power der Liebe

deines Herzens synchronisierst, wird die Core-Energie deines Lebens aktiviert und geklärt, und sie strahlt hinaus in die Welt mit sowohl stiller als auch aktiver Leadership.

Unsere Gedanken, Urteile und Erinnerungen kontrollieren, was wir empfangen können und was wir uns erlauben zu geben. In diesem Raum des Quantenherzes wirst du nicht mehr zurückgehalten!

### **März 2023 – Ins Unbekannte führen**

*„Zielführend, sinnvoll, auf die Zukunft fokussiert, intuitiv und flexibel sind die Qualitäten, die jetzt erforderlich sind.“*

Wir sagen, wir wollen Veränderung, aber wir gehen mit den gleichen alten Mustern und dem Ballast in unsere Zukunft. Dies ist eine Zeit, um in die Tiefe zu gehen, um Schutzmechanismen, Bewältigungsstrategien und Weltanschauungen loszulassen, die dein persönliches Wachstum begrenzt haben.

Großmutter Jonette channelt eine Meditation, um dir zu helfen loszulassen und aufzutanken und mit Selbstvertrauen deiner unbekannteren, doch neu konzipierten Zukunft entgegenzugehen.

### **April 2023 – Aus Angst ausbrechen**

*„Wer wirst du sein ohne deine Angst?“*

Diese Meditation hilft dir, Urängste und Ängste deiner Vorfahren, sowie deine eigenen persönlichen Ängste loszulassen. Die totale Sonnenfinsternis in diesem Monat gibt dir die Gelegenheit, in die Dunkelheit hineinzuschauen und Möglichkeiten zu wählen, die vor nur einem Jahr noch unmöglich waren.

Deine Entscheidungen befreien dich von den Kampf/Flucht/Erstarren-Reaktionen und geben dir die Fähigkeit, ungeahnte Potenziale zu erreichen ... ein Vorreiter zu sein für andere das Gleiche zu tun.

### **Mai 2023 – Wage es, du selbst zu sein**

*„Expansives Wachstum explodiert.“*

Diese Meditation führt dich in eine schamanische Welt, um das loszulassen und wegzubrennen, was dir nicht mehr dient. Ein riesiges Feld von Wohlbefinden gibt dir ein Upgrade – Körper und Seele. Kein Verstecken. Keine Entschuldigungen.

Du bist bereit, deine Vergangenheit hinter dir zu lassen und deine Großartigkeit mit Klarheit und einer starken Intention in Besitz zu nehmen. Du kennst dich als die leuchtende Entfaltung deiner Seele.

### **Juni 2023 – In Synchronizität leben**

*„'Universelle, wohltuende Synchronizität' ist unser neues Mantra.“*

Synchronizität ist die Art, wie das Universum die Richtung des Flows kommuniziert und für uns klarmacht, dass unser alter Kompass, der auf „sollte“ und „sollte nicht“ basierte, nicht mehr funktioniert. Wir sind aufgefordert, unser Leben aus unserem tiefsten Wissen heraus zu führen, die Magie von Synchronizität anzuziehen und darauf zu reagieren.

Diese Meditation bringt dich in Alignment mit deiner höchsten Schwingung, damit du in den Energien von universellem Flow sein kannst. Du ziehst mit Leichtigkeit zu dir an und vertraust dem, was sich zeigt. Auf diese Art und Weise zu leben kann unsere ganze Welt verändern!

### **Juli 2023 – Zentriert und in Balance**

*„Gnade ist eine innere Aufgabe.“*

Bekomme Zugang zu deiner vollen magischen Einzigartigkeit, fokussiert über deine eigene Mitte. Bist du genug in Balance, um zu kreieren, was du möchtest, und groß genug, es zu empfangen?

Alles Wachstum im Universum bewegt sich in Spiralen aus seinem Zentrum heraus. Diese Meditation bringt dich in deine Mitte und in Balance mit deiner Ganzheit.

### **August 2023 - Reise durch die Zeit**

*„Zeit/Raum-Portale sind geöffnet.“*

Wir gehen durch eine Phase von großer Plastizität der Zeit. Wir können durch Wurmlöcher reisen und Portale hinein unsere anderen Lebzeiten öffnen.

Wir reisen in die Vergangenheit, um Verständnis oder Heilung zu bekommen, oder wir reisen in die Zukunft, um Zugang zu noch größeren spirituellen Geschenken zu bekommen. Wir verweben das alles miteinander auf eine tiefgreifende, kraftvolle Art und Weise, um jetzt unser Leben zu gestalten.

Du wirst diese Meditation wiederholen wollen, wannimmer du dich verloren fühlst oder bereit bist für eine große Veränderung.

Karma lässt locker, wenn du Zugang zu vergangenen und zukünftigen Leben hast.

### **September 2023 - Dich in Alignment mit deiner Göttlichkeit bringen**

White Eagle channelt diese Reise und führt dich durch Türen, die für die 5 Elemente stehen: Erde – für die Verankerung hinein in die Materie, Wasser – für Reinigung, Luft – für Flow, Feuer – für Stärke und Äther, der deinen höchsten Spirit einlädt auf eine kraftvolle neue Art und Weise in dein Leben zu kommen. Diese Meditation ist ein Mechanismus für deinen fortwährenden Aufstieg.

Bist du mutig genug, um raus aus dem Überleben und hinein in die Schöpfung zu gehen?

### **Oktober 2023 - Unterstützung aus Höheren Ebenen**

*„Fühle eine ausgedehnte Wiederverbindung zu dem gebenden Universum.“*

White Eagle channelt diese Meditation in drei Teilen:

1. Dehne dich durch das Universum hindurch aus, um dich mit unangeforderter, ungerichteter, zeitloser Unterstützung zu verbinden.
2. Bitte um spezifische Unterstützung: Was ist jetzt am besten für dich?
3. Biete deine höhere Unterstützung für deine Liebsten und die Probleme der Welt an.

Welche Unterstützung ist jetzt am besten für dich?

### **November 2023 - Was will Spirit?**

*„Sich einem höheren Flow hingeben ...“*

Wir beginnen mit Öffnungen, statt mit Antworten. Lass die Kontrolle los, während du dich in üppige Strömungen von Flow hineinbegibst. Hier bewacht eine Amsel einen Schlüssel – einen Schlüssel mit Aktivierungscodes für deine höchsten Potenziale.

Tauche ein in Glück und Heilung, ein Wissen, dass das Universum dich unterstützt. Am Ende besuchst du einen Raum, um Klarheit, spezifische Antworten und Führung zu empfangen.

## **Dezember 2023 - Aus deiner Seele heraus leben**

Du als unendliche Heiligkeit ...

Eine extrem hohe Meditation, die dich über Raum-Zeit hinaus in ein Feld der Schöpfung selbst erhebt. Du erfährst, wie Eins-sein von dir und durch ich hindurch hervorkommt hin zur Realität, deine transzendente Seele zu sein. Der Raum konfiguriert dich neu und segnet Alles-was-ist.

*„Eine Erfahrung, die zu einem Paradigmenwechsel führt.“*

## **Meditationen im Rahmen der 2024er Serie „Dein spirituelles Fundament stärken“**

### **Januar 2024 – Mit der mystischen Erde verbinden**

*Sich in das Außergewöhnliche hinein erden*

Bis jetzt brauchten wir die Festigkeit der Erde, um unsere Physikalität zu erden. Aber wenn wir unsere eigenen höheren Dimensionen öffnen, können wir uns endlich mit der verborgenen, magischen Welt der Erde und der Natur verbinden. Unsere schamanischen Sinne öffnen sich. Wir werden eins mit den immensen Strömen natürlicher Weisheit. Wir sind für immer verbunden mit der Welt weit jenseits unserer normalen Sinne. Die mystische Erde lädt dich ein, dich selbst als Mystikerin oder Mystiker zu erfahren ... und das gibt dir ein Neues Fundament.

### **Februar 2024 – Leere deinen Lastenkorb**

*Die Steine, die wir getragen haben,  
werden zu unserem neuen Fundament.*

Die Lasten – Erfahrungen, Glaubenssysteme – die du getragen hast, haben dich zu der/dem gemacht, die/der du bist. Aber in Zukunft ist es erforderlich, dass wir diese Last erleichtern.

Diese Meditation führt dich durch dein Leben, damit du erkennst, würdigst und loslässt, was dir oder unserer kollektiven Zukunft nicht mehr dient. Dann nehmen wir diese Lasten, diese Steine, um das Fundament einer neuen Realität für uns und für alle zu bauen.

Du wirst dich auf jegliche Art und Weise deutlich leichter fühlen.



## **März 2024 – Upgrade-Einweihung für deine Zukunft**

*Ein multidimensionaler Schwingungsheilungsraum*

Diese Meditation gibt dir eine Reihe von Schwingungsupgrades, die dich einweihen, dich einstimmen auf deine höchstmögliche Zukunft ... auch über dieses Leben hinaus.

Im ersten „Raum“ erfährst du unhörbare „Töne“ von Befreiung/Loslassen, insbesondere um Verrat/Betrug, Scham und Wut aus deinem karmischen Sein freizusetzen. Im zweiten empfängst du „Töne“ von Heilung und In-Balance-bringen. Im letzten Abschnitt erfährt dein Sein Schwingungsmuster und Codes von Neustrukturierung, Neu-Erschaffen und Wiederverbindung mit der Einheit. Danach fühlst du dich stark upgegradet.

## **April 2024 – Familientrauma heilen**

*In deiner Ahnenlinie gibt es Dunkelheit, die du jetzt klären kannst.*

Wenn wir spirituell wachsen wollen, müssen wir uns mit dem „Elefanten im Raum“ beschäftigen. Unsere höheren Frequenzen und klarere Sicht erlauben uns, die dunklen Muster, die uns über Generationen überliefert wurden, zu sehen und endlich zu heilen.

Diese geführte Meditation nimmt dich mit auf eine Reise, um Familientrauma aus dir zu klären und zurück durch die Zeit zu gehen, um deine Ahnenlinie zu heilen. Sie ist ein kraftvolles Werkzeug, das du nutzen und erneut nutzen wirst, um dich selbst und deine Familie von Reaktionsmustern, die niemand von uns mehr dienen, abzukoppeln.

## **Mai 2024 – Göttliche Hingabe**

*In Zeiten großer Veränderung, muss Kontrolle Hingabe weichen.*

Wir vertrauen in die Freiheit unterstützt zu werden von etwas, das unsichtbar ist.

Diese Meditation führt dich zu dem Ruhepunkt im Zentrum deiner Essenz, wo du dein Denken loslässt, dein Planen und deine Sorgen. Von hier aus erhebst du dich jenseits von Raum und Zeit und gibst dich deiner eigenen Göttlichkeit hin. Das wird die Toröffnung, um aus Vorwürfen, Verwirrung, Wut und Unsicherheit herauszugehen in das göttliche Licht, da auf deine Hingabe wartet. Du kommst in einen Zustand von Glückseligkeit.

## **Juni 2024 - Neue Potenziale erschaffen**

*Um eine neue Welt für dich und alle aufzubauen,  
musst du ein völlig neues Fundament erschaffen.*

Diese Meditation leitet dich an, dich von alten Überzeugungen abzukoppeln und so die alten Grundsteine von Schutz und Sicherheit, die deine ausgedehnte Zukunft nicht mehr unterstützen, zu entfernen.

Du wirst energetisch in einen Raum von ungeborenen Potenzialen erhoben, die ein völlig neues Fundament für dein Leben hervorbringen. Am Ende erschaffen wir einen Tempel, der in den vier Himmelsrichtungen verankert ist, und die Flamme der Transformation in seinem Zentrum hat. Du wirst unterstützt in einer Vision, die so groß ist, dass du sie nicht sehen kannst!

## **Juli 2024 - Über die Vernunft hinaus**

*Entkomme der Kontrolle deines eigenen Verstandes*

Unser denkender Verstand wurde zu unserer Hauptschnittstelle mit der Realität und erschafft eine polarisierte Welt, die dafür sorgt, dass unser wahres spirituelles Wissen ausgeschaltet bleibt.

Diese erstaunliche Meditation verbindet dein Herz wieder mit deinem Spirit, ohne durch die Kontrolle zu gehen, die dein Verstand auferlegt, um dich zu beschützen.

Wir erfahren die tiefgreifenden Veränderungen, die geschehen, wenn wir in einen Vortex von Dankbarkeit, Glück und schließlich eine tiefe Verbindung zu Frieden als unserem wahren Fundament gehen. Die Werkzeuge in dieser Meditation werden weiterwachsen, wenn du wächst.

## **August 2024 – Die Bibliothek deiner Seele**

*Verbinde dich mit deiner Akasha-Chronik*

Es gibt einen Zeitpunkt in deinem Wachstum, an dem du bereit bist, das größere Bild der Evolution deiner Seele zu kennen.

Diese außergewöhnliche Meditation, bringt dich, geführt von White Eagle, zu der Großen Bibliothek, wo du die Bücher von Codes und Symbolen öffnest, die dich in all deinen Leben geleitet haben. Dann findest du auch die ungeschriebenen Bücher und verbindest dich mit den leeren Seiten.

Schließlich erschafft dein Höheres Selbst aus einem transzendenten Raum heraus neue Aufzeichnungen für eine großartigere, weiterentwickelte Zukunft.

**September 2024 – Deine Macht zurückfordern**

*Einen neuen Kurs einschlagen*

In dieser Meditation geht es um Klarheit, persönliche Entscheidungen und die Macht, zu erschaffen. Du wirst dahin geführt, dich sowohl mit deinem Erden-Avatar als auch mit deiner Über-Seele zu verbinden, dich als magnetisch, wissend und weise zu erfahren.

Dann gibt es eine komplette Veränderung in der Perspektive, sodass du, statt dich mental für einen Weg zu entscheiden, magisch hingezogen wirst zu dem Weg, auf dem das meiste Glück liegt. Dein Weg der Macht zieht dich zu ihm hin!

**Oktober 2024 – Frühere Leben loslassen**

*Vergebung über Zeitlinien hinweg*

Um eine Zukunft frei von karmischen Begrenzungen zu erschaffen, bist du eingeladen, den Schmerz vergangener Lebzeiten loszulassen. Diese Meditation bringt dich außerhalb von Zeit und Raum. Du stellst dir vor, du sitzt auf einem goldenen Thron und koppelst dich von früheren Selbsten ab, die in einer Prozession herbeikommen.

Mit der Vergebung wird dein Herz weit, während du dazu angeleitet wirst, nur Weisheit und Liebe zu behalten. Die Energien werden so stark, dass Millionen mitmachen und sogar die finstersten Wesen werden befreit ins Licht.

**November 2024 – Tiefe Ruhe**

*Erleuchtung und Stille*

White Eagle channelt eine Meditation von tiefem physischen und mentalen Frieden, der dich in deinem Wesenskern resettet. Es ist ein geführter, tranceähnlicher Zustand, der dich von der normalen Realität abkoppelt und dich in zeitlose Erleuchtung erhebt.

Dann dehnt du diese Essenz von Ruhe in deinen Alltag hinein aus und schließlich in unsere Welt. Es ist ein tiefes Retreat für die Seele.

## **Dezember 2024 – Kein Opfer mehr**

### *Die Opfer-Schuld-Muster heilen*

Leiden gehörte immer zu unserer Welt. Diese gechannelte Meditation führt dich durch deinen Körper, um die Trigger und Toxizität des Opfer-seins zu heilen. Deine innere Reise erweitert sich dann, um die Opfer-Schuld-Kreisläufe aus früheren Leben zu klären.

Schließlich kommen sogar deine Vorfahren zur Heilung dazu. Gemeinsam erschaffen wir ein neues Fundament von Power und Stärke. Kein Opfer mehr.

## **Meditationen im Rahmen der 2025er Serie „Sternenreisende – Reisen für galaktische Wiederverbindung“**

### **Januar 2025 – Andromeda**

Lass dich zu drei sehr verschiedenen Sternensystemen der Andromeda Galaxie führen, um Downloads zu empfangen, die deine eigenen kosmischen Geschenke erweitern.

Unsere erste Reise ist eine große: zu Andromeda, unserer Schwester-Galaxie. Du wirst zu drei sehr verschiedenen Sternensystemen geführt. Das erste werden wir ‚Alpha‘ nennen. Seine Wesen bringen der Erde tiefe Weisheit, Wissenschaft und Spiritualität. Dann geht es weiter zu ‚Beta‘, der Heimat von großväterlichen ‚insektoiden‘ Weisen und Geistführern, die immense Liebe aussenden. Unser dritter Besuch ist zu ‚Deta‘, wo meisterhafte Zeit/Raum-Reisende wohnen, die als kosmische Helfer agieren und Balance wiederherstellen.

Bei jedem Besuch empfängst du Downloads, die deine eigenen kosmischen Geschenke erweitern.

**Februar 2025 – Sirius***Der Stern der Erleuchtung*

Dieser „blaue Stern“ war bedeutend für die Ägypter, Inkas, Mayas, Dogons und asiatische Kulturen. Unsere Meditation bringt die Energien von Sirius zu dir, indem dein Herz als ein lebendiger Stern aktiviert wird. Du erfährst dich so, dass du ein direktes Portal zu Sirius hast, dem Planeten von Weisheit, Erleuchtung und spiritueller Führung.

Das führt zu einem dauerhaften Upgrade deiner Energie und hält dich ständig in Verbindung mit den Meistern von Sirius. White Eagle sagt, dass jeder, der auf einem spirituellen Weg ist, eine Sternensaat von Sirius ist. Deine Seele fühlt sich, als ob sie endlich zu Hause ist!

**März 2025 – Arcturus***Eine Reise, um die Arcturianer zu treffen!*

Mache eine Reise, um die Arcturianer zu treffen – hochentwickelte, multidimensionale Wesen, die immer schon die Hüter und Beschützer unseres Sonnensystems waren.

Du wirst lernen, wie du eine geistige Brücke zu diesen fortgeschrittenen Wesen baust. Wenn du diese Verbindung erst einmal aufgebaut hast, wird dich diese Meditation und die anderen, die du in der Zukunft machen wirst, weiterhin unterstützen und erstaunen.

# **Besondere MARK-Channelings von Jonette Crowley**

## **Das Gleichgewicht halten in der Krise Triologie von MARK-Channelings**

Die ganze Serie ist einfach großartig – sehr kraftvolle Energien (und über Energien hinaus in den Bereich von Äther) und wertvolle, richtungsweisende Erklärungen und Worte.

### **Teil I: MARK Channeling zum Frühlingsanfang 2020 (“Coronavirus Channeling”): Im Gleichgewicht bleiben angesichts der Angst**

Jonette und MARK hatten dazu eingeladen, die Frühlingsstagundnachtgleiche gemeinsam zu feiern, um angesichts der aktuellen Unsicherheit und Panik wieder die Energie von Balance in unserer menschlichen Erfahrung zu verankern. MARK möchte, dass wir verstehen, dass unsere Schwingung stärker als jeder Virus und stärker als Angst, denn letztlich ist alles Energie.

In diesem Channeling geht es um eine spirituelle Perspektive dessen, was gerade geschieht und wir bekommen viele Inspirationen und energetische Unterstützung, damit wir inmitten dieser Welle der Angst neutral bleiben können.

MARK führt uns in der Meditation in Bereiche von sehr hohe Schwingungen, erfüllt von Liebe, Heilung, Balance, Vergebung und Frieden, die unsern Körper und unsere Zellen regenerieren und durch uns auf die Erde und die Menschheit fließen. MARK empfiehlt, diese gechannelte Meditation immer wieder zu machen, denn jedes Mal werden wir sie anders erleben und wir werden in der Lage sein, auf immer höhere Ebenen zu gehen.

Sehr wertvoll ist auch der abschließende Teil, in dem MARK/Jonette Fragen von Teilnehmern beantworten.

### **Teil II**

In dieser Meditation nimmt uns MARK mit in die 11. Dimension, das Shambala-Bewusstsein ... und wir verbinden uns wieder mit den Hütern der Weisheit, den Ältesten und Meistern.

Jonette berichtet davon, dass sie in dieser Meditation den höchsten und ätherischsten Raum fühlte, den sie erreichte.

### Teil III

In diesem dritten Teil dieser Serie erzählt Jonette, wie es weiterging. Und während sie von den bedeutenden Ereignissen, die um sie herum geschehen, berichtet, demonstriert sie auf ganz wunderbare Weise, wie „das Universum“ wirkt und Dinge in Bewegung setzt, die wirklich magisch sind.

Wir arbeiten mit der riesigen Kristallkugel, die schon während des gesamten letzten Jahres eine wichtige Rolle spielte und die während der MARK-Intensive im September 2019 von den 160 Teilnehmern energetisiert wurde. Gut ein Jahr nachdem Jonette den Auftrag bekam, eine Kristallkugel während des Buddha-Vollmonds ins Mondlicht zu legen, war diese Meditation der Zeitpunkt, an dem sie ihren Zweck erfüllte. Wow!

Wir gehen auf eine völlig neue Ebene und es ist Zeit, uns mehr denn je miteinander zu verbinden, in Harmonie kommen – als Kollektiv. In der MARK-Meditation spricht Jonette vom menschlichen „Herzlicht“, das dann von uns in andere Dimensionen fließt, die bisher dazu keinen Zugang hatten und vom Licht getrennt waren. Unser vereinigtes Licht ist ein „Instrument des Erwachens“ für diese Dimensionen und natürlich auch für die Menschen, die bisher noch vom Licht getrennt sind.

*„Ihr baut eine neue Arche, die das Schicksal der Menschheit für immer verändert. Ihr seid Sternensaat, die auf den Frühling wartet, um euer Licht hervorsprießen zu lassen. Dies ist die Frühlingszeit!“ – MARK*

Weitere Informationen auf: <https://soulbodyfusion4u.de/meditationen/>