
COSMOGETIC
MAGAZIN
AUSGABE 2027
WWW.JANAHAAS.COM
RAUM FÜR
Verbundenheit

Dieses Magazin gehört

.....

.....

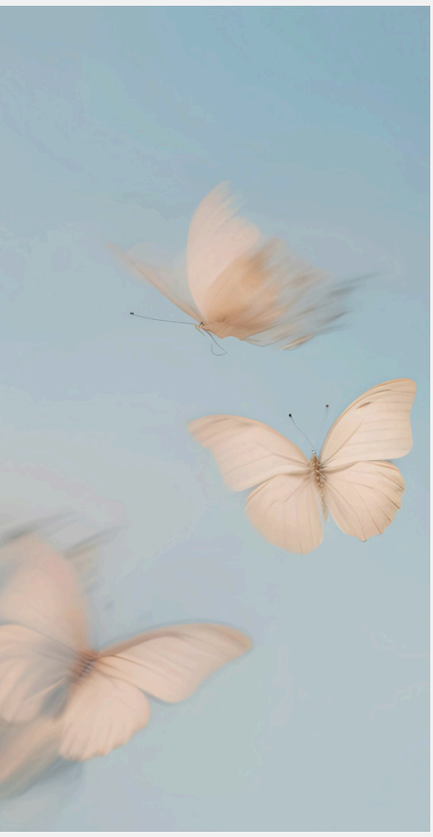
.....

Cosmogetic Magazin 2027
Raum für Verbundenheit
© 2026 Jana Haas · Alle Rechte vorbehalten.

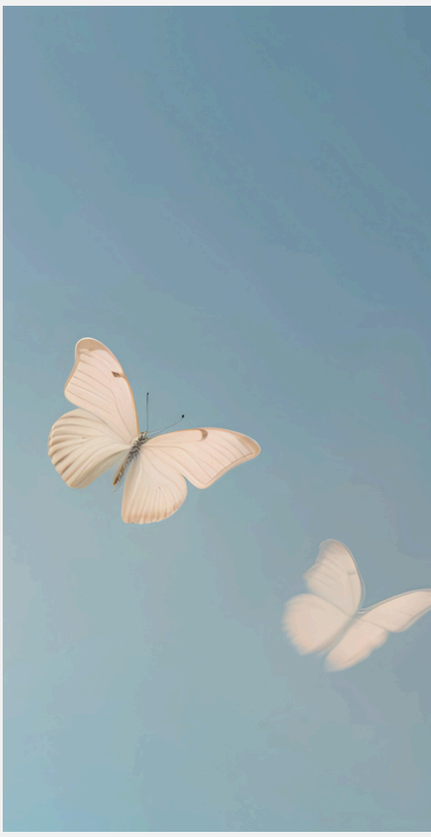
Cosmogetic AG
Konstanzerstr. 60 • CH-8274 Tägerwilen
www.janahaas.com

Gedruckt in Deutschland.

Keine Vervielfältigung, Veröffentlichung oder Weitergabe ohne ausdrückliche Genehmigung der Urheberin.







Meine Lieben,

auf ein Jahr, das uns verbindet.

Wenn ich mit meinem hellsichtigen Blick auf das kommende Jahr schaue, sehe ich eine Welt, in der sich vieles wandelt und neue Technologien unseren Alltag prägen. Gleichzeitig nehme ich in einer Zeit der künstlichen Intelligenz eine kollektive Sehnsucht nach wahrer Verbundenheit wahr. Umso mehr freue ich mich, dass genau dieses Thema in 2027 so spürbar in den Vordergrund rückt. Denn je schneller und vernetzter vieles im Außen wird, desto deutlicher wird für viele von uns die Frage nach echter Nähe. Unsere Aufgabe ist es, in dieser Welt wieder zu lernen, wirklich auf unser Herz zu hören und präsent zu sein – miteinander und nicht nur nebeneinander.

In mir wächst in diesem Zusammenhang schon seit einiger Zeit die Vision einer lebendigen Cosmogetic Community. Einem Raum, der ein echtes Feld der Verbindung darstellt. Wo Menschen sich in ihrer individuellen Seelenschönheit frei entfalten dürfen und gleichzeitig dieses Gefühl von „wir sind verbunden“ da ist. Ich bin überglücklich, dieses Jahr mit meinem Cosmogetic Club genau diesen Schritt mit euch gehen zu können.

Auch dieses Cosmogetic Magazin ist für mich ein Zeichen der Verbundenheit mit dir. Ich freue mich, wenn es dich Monat für Monat mit Impulsen begleiten und unterstützen darf. Wie wundervoll entschleunigend ist es, sich regelmäßig Zeit zu nehmen, einen Stift in die Hand zu nehmen und deine Gedanken, Gefühle und Erkenntnisse auf Papier festzuhalten. Ich wünsche dir ganz viel Freude dabei.

In Liebe, Jana



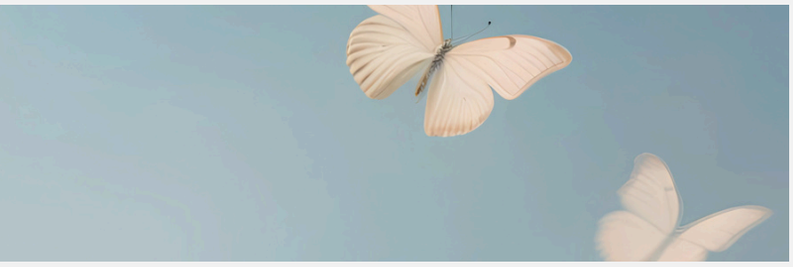
Die Energie des Jahres 2027

Ein Jahr der Verbundenheit.

Die Energie des Jahres 2027 lädt uns in eine tiefere Form von Verbundenheit ein. Viele Menschen werden spüren, dass das Herz wieder mehr in den Mittelpunkt rückt. Weg vom Gefühl des Getrenntseins, hin zu einem bewussteren Miteinander. Es entsteht der Wunsch nach echten Begegnungen, nach ehrlichem Austausch und nach Menschen, bei denen wir uns nicht erklären müssen, sondern einfach sein dürfen. Gemeinschaft bekommt dadurch eine neue Bedeutung. Nicht unbedingt in großen äußeren Strukturen, sondern im Kleinen und Wesentlichen, in einem liebevollen Miteinander. Immer mehr dürfen wir erkennen, dass wir unseren Weg nicht alleine gehen müssen. Vieles wird leichter, wenn wir uns wieder erlauben, Verbindung wirklich zuzulassen.

Gleichzeitig fordert uns dieses Jahr dazu auf, Spiritualität nicht nur als etwas Inneres zu betrachten, sondern sie bewusst zu leben. Erkenntnisse möchten umgesetzt werden. Das, was wir fühlen, darf sichtbar werden – mitten im Alltag. Sie zeigt sich in der Art, wie wir Entscheidungen treffen, wie wir mit unserem Körper umgehen, wie wir sprechen, wie wir Grenzen setzen. Und auch darin, ob wir uns selbst wirklich ernst nehmen. Dadurch entsteht eine neue Erdung. Viele Menschen werden merken, dass es nicht nur darum geht, höher zu schwingen oder auf der Suche nach der nächsten Erkenntnis zu sein. Stattdessen möchte die Seele tiefer im Leben ankommen. Spiritualität wird dadurch oft einfacher, klarer und echter. Sie zeigt sich im Menschsein selbst. Vieles, was lange innerlich gereift ist, möchte nun Form annehmen. Herzensideen, Visionen und neue Wege wollen ins Leben gebracht werden. Das muss nicht perfekt oder vollständig durchgeplant sein, sondern vor allem voller Freude und Lebendigkeit. Denn dieses Jahr trägt die Energie in sich, alte Unsicherheiten Stück für Stück loszulassen und dem eigenen inneren Gefühl mehr zu vertrauen.

Die Engel begleiten diesen Prozess liebevoll. Sie erinnern uns daran, dass wir geführt sind, auch wenn nicht immer sofort alles sichtbar ist. Dass wir ihnen und dem Leben vertrauen dürfen. Und dass wahrer Wandel oft ganz leise beginnt – mit einem offenen Herzen, in einem bewussten Schritt und in der Entscheidung, immer mehr das zu leben, was unserem Seelenplan entspricht.



Dein Jahr mit Cosmogetic

So nutzt du dein Magazin

Dieses Magazin darf dich durch das Jahr 2027 begleiten. Es möchte dich einladen, dir Monat für Monat bewusst Zeit zu nehmen, nach innen zu lauschen und dich mit deiner göttlichen Seele zu verbinden. Vielleicht entdeckst du dabei neue Nuancen in dir, vielleicht fühlst du dich auch bestärkt auf dem Weg, den du bereits gehst.

Du kannst das Magazin Schritt für Schritt lesen oder intuitiv genau dort aufschlagen, wo du dich gerade hingezogen fühlst. Es gibt hier kein richtig oder falsch. Lass dich von den Impulsen berühren, öffne dich für deine innere Wahrnehmung und nimm dir Zeit für die Fragen, die dich sanft in die Tiefe führen.

Die Impulse, kleinen Übungen und Rituale möchten dich dabei unterstützen, die jeweilige Monatsqualität in deinem Leben wirklich spürbar werden zu lassen. Für jeden Monat findest du außerdem Raum, um deine eigenen Gedanken festzuhalten – alles, was sich zeigen möchte: Erkenntnisse, Gefühle, Entwicklungen oder kleine Schritte, die sonst vielleicht unbeachtet bleiben würden. Vielleicht magst du auch liebevolle Worte an dich selbst notieren. Meine Angebote und Kurse sind dabei eine ergänzende Einladung, wenn du dich tiefer mit bestimmten Themen verbinden möchtest.

Nimm dir gerne einen Moment nur für dich und spüre hinein, was sich in dir öffnet, wenn du an dieses neue Jahr denkst. Vielleicht ist es Vorfreude, vielleicht Aufregung oder einfach ein leises Gefühl von Neubeginn. Alles davon ist willkommen.

Kreise die ersten 3 Worte ein, die du intuitiv wahrnimmst.

J D F G H S O F R E I H E I T H I L I E B E K P S W
U M U T J D G Z A V E R B U N D E N H E I T M T
L K S J V E R G E B U N G S P W A N D E L O P S
S T Ä R K E D H D H O F F N U N G K D H U U I P
O P O T E N Z I A L J I D L E I D E N S C H A F T I
K D H F I S L T R Ä U M E H D G B A L A N C E Q
U A H S N E U G I E R D G L Ü C K J H D G S Z U
H S H A R M O N I E J D G D S E L B S T L I E B E
S K J D O S T I L L E J F H F F L O W J D H U R I
J S J L D L V E R Ä N D E R U N G J D M A G I E
K W U R Z E L N J S G D K R E A T I V I T Ä T W
K S J D H F H J F R E U N D S C H A F T K F L D
I Z E I T H D S N S H A B E N T E U E R K D S H I
S E N G E L K R A F T K D H V I T A L I T Ä T J D

Trage deine 3 Worte hier ein. Sie werden dich 2027 begleiten.

Ein Jahresüberblick für dich:

- Januar – Ein neues Kapitel in deiner Handschrift
- Februar – Die Heilkraft in dir
- März – In Einklang mit deiner Intuition
- April – Spüre die Magie des Aufblühens
- Mai – Das süße Leben im Jetzt
- Juni – Deine Engel der Heilung
- Juli – Begegnungen von Herz zu Herz
- August – Die Sprache der Engel
- September – Dein innerer Kraftort
- Oktober – Geführt von innen und oben
- November – Die stille Zeit beginnt in dir
- Dezember – Das Einfache zählt

Januar



Ein neues Kapitel in deiner Handschrift

Der Januar erinnert uns daran, dass unser Weg nicht vorgezeichnet ist, sondern durch unser bewusstes, selbstbestimmtes Handeln entsteht – durch die Art, wie wir das Leben wahrnehmen und welche Entscheidungen wir aus dieser Wahrnehmung heraus treffen. Und genau darin liegt eine Einladung für diesen Monat:

Nimm die Energie des neuen Jahres bewusst in dir auf, anstatt auf sie zu warten. Spüre, was dein Herz bewegt, und beginne in deinem eigenen Tempo, die ersten Zeilen deines nächsten Kapitels zu schreiben, anstatt es von anderen oder äußeren Umständen schreiben zu lassen. Erlaube dir, ins Tun zu kommen. Triff Entscheidungen aus deiner neuen inneren Ausrichtung heraus und gehe erste Schritte in eine neue Richtung – getragen von deiner eigenen Handschrift.

Monatsengelbotschaft

Die Engel erinnern dich daran, dass Verbundenheit nicht hergestellt werden muss – sie ist bereits da. Spüre, wie du Teil des Ganzen bist.

Januar Affirmation

Ich gebe mir Zeit und Raum zu wachsen und zu gedeihen.

Cosmogetic Methode

Verbundenheit mit deiner Seele

Setze dich bequem hin und schließe die Augen. Bringe Ruhe in deine Gedanken. In der Liebe kommst du immer mehr in Kontakt mit deiner Seele. Spüre, wie sich Frieden in dir ausbreitet. Lege nun deine Hände in Gebetshaltung und sprich innerlich: „Meine Seele ist in der Liebe zu Hause. Ich liebe mich." Verbinde dich anschließend bewusst mit den himmlischen Kräften und sage dir: „Ich verbinde mich mit der lichtvollen geistigen Welt. Ich fühle mich mit der göttlichen All-Liebe verbunden und geliebt." Spüre die bedingungslose Liebe und tiefe Verbundenheit in deinem Herzen.

Meine Monats-To Dos

- ○ .....
- ○ .....
- ○ .....

Cosmogetic Club
2x pro Woche mit Jana
ab 11.01.2027

Ein lichtvolles Gebet

Lieber Engel, ich bitte um Segen für das neue Jahr und um Unterstützung auf meinem Seelenweg. Möge sich alles lichtvoll entwickeln.

Dieses neue Kapitel darf sich für mich anfühlen wie...

Welche Geschichte über mich selbst möchte ich im neuen Jahr nicht länger weiterschreiben?

Im Januar möchte ich beginnen mit...

Mein Fokus für den Monat

Kreise ein oder markiere:

- 🔮 Klarheit
- ❤️ Vertrauen
- 🌿 Wachstum
- 🌟 Selbstbestimmung

Notizen...



Februar



Die Heilkraft in dir

Oft suchen wir Heilung im Außen. Doch dieser Monat führt dich sanft zurück in deine innere Stille. Hier beginnt sich deine göttliche Heilkraft wieder zu entfalten. Dein System ist von Natur aus darauf ausgerichtet, in Balance zu kommen, sobald du ihm Raum dafür gibst.

Im Februar darfst du besonders wahrnehmen, wo dein eigener Rhythmus liegt – dieser klare, und lebendige Punkt zwischen Aktivität und Rückzug, zwischen Bewegung und Ruhe. Vielleicht bemerkst du, wie dein Körper auf Überforderung oder Entlastung reagiert. Und vielleicht spürst du, wie schnell etwas in dir aufatmet, wenn du dir bewusste Momente der Stille schenkst. Gleichzeitig schöpfst du neue Kraft, wenn du dich in einem stimmigen Maß wieder dem Trubel des Lebens zuwendest. So entsteht ein natürliches Wechselspiel, das dich immer wieder in deine eigene Balance zurückführt.

Monatsengelbotschaft

In deiner Stille wirken göttliche Heilkräfte. Die Engel lenken deine Aufmerksamkeit nach innen: Dort beginnt deine Regeneration.

Februar Affirmation

Die Liebe heilt, in der Liebe ist stets die Antwort.

Cosmogetic Methode

Die Heilkraft der Lemniskate

Setze dich bequem hin und schließe die Augen. Atme bewusst in deinen Bauch und spüre, wie Ruhe in dir einkehrt und dein Körper sich entspannt. Reibe nun deine Hände aneinander und nimm die entstehende Wärme wahr. Lasse zwischen deinen Handflächen eine Lichtkugel entstehen und spüre die Energie. Visualisiere nun eine lichtvolle Lemniskate als Heilsymbol in der Lichtkugel. Lasse die Kugel in deinen Körper fließen und führe sie an die Stelle, an der ihre Energie gerade gebraucht wird. Erlaube der Liebe und dem Segen der heilenden Lemniskate, dort einige Minuten zu wirken.

Meine Monats-To Dos

- ○ .....
- ○ .....
- ○ .....

Fernbehandlung mit Cosmogetic Healing
Regelmäßig neue Termine

Ein lichtvolles Gebet

Lieber Engel, ich bitte um Segen und Heilung. Bring mir die Kraft, die mich zu Erkenntnis und Wohlbefinden geleitet.

Wie gut sorgst du für dich?

Welche dieser Qualitäten sind bereits Teil deines Alltags? Kreuze an.

- ◯ Ich nehme mir regelmäßig bewusste Pausen im Alltag.
- ◯ Ich höre auf Signale meines Körpers, bevor ich über meine Grenzen gehe.
- ◯ Ich erlaube mir Ruhe, ohne sie rechtfertigen zu müssen.
- ◯ Ich lege mein Handy zwischendurch bewusst weg und bin wirklich präsent.
- ◯ Ich bewege mich in einem Rhythmus, der mir und meinem Körper gut tut.
- ◯ Ich bin liebevoll mit mir, auch wenn ich aus meiner Mitte falle.

Wo merke ich im Alltag, dass mir etwas nicht gut tut?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

In welchen Bereich meines Lebens möchte ich stattdessen mehr meiner Energie investieren?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Tipp! In der **Online Ausbildung Cosmogetic Healing** lernst du, selbst Heilbehandlung an dir und anderen durchzuführen.

Notizen...

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

März



In Einklang mit deiner Intuition

Der März bringt eine frische Qualität in deinen Alltag. Du bist eingeladen, deiner Intuition nicht nur zuzuhören, sondern sie ganz praktisch auszuprobieren. Wenn du beginnst, bewusster auf dein Herz zu hören, bemerkst du in diesem Monat spontane Impulse, innere Tendenzen oder Entscheidungen, die sich nicht immer logisch erklären lassen – und sich trotzdem stimmig anfühlen. Genau hier beginnt die Sprache deiner Intuition, oft überraschend klar.

Im März darfst du dich trauen, diesen Momenten mehr Raum zu geben. Nicht alles ausschließlich über den Verstand zu bewerten, sondern Herz und Kopf wieder mehr zusammenzuführen. Dabei geht es nicht darum, Sicherheit im Außen zu verlieren, sondern eine neue Form von Vertrauen in dich und das Leben zu entwickeln.

Monatsengelbotschaft

Heilung geschieht nicht nur im Körper, sondern in der Rückverbindung mit deiner inneren Kraft. Die Engel begleiten dich mit sanften Impulsen zurück in die Klarheit.

März Affirmation

Mein Bauchgefühl führt mich immer wieder zu neuen Chancen.

Cosmogetic Methode

Höre auf deine Intuition

Setze dich bequem hin, schließe die Augen und fokussiere dich auf deinen Atem. Lege deine Hände zusammen und sprich innerlich: „Liebe lichtvolle geistige Welt, ich danke für mein Leben. Ich bitte um Segen und Führung. Möge die himmlische Weisheit meine Seele erreichen.“ Nimm wahr, welche Herzensfrage in dir aufsteigt, und gebe sie weiter: „Liebe lichtvolle geistige Welt, lieber Schutzengel, welche Antwort möchtest du mir schenken?“ Lausche nach innen und folge deinem Herzen. Lass ein liebevolles Gefühl in Worte fließen und formuliere daraus einen Satz. Spürst du dabei Liebe und Klarheit, hast du die Botschaft deiner Intuition empfangen.

Meine Monats-To Dos

- ○ .....
- ○ .....
- ○ .....

Eine Lebensschule für Glück & Erfüllung

Online Ausbildung
Cosmogetic Healing
ab 08.06.2027



Ein lichtvolles Gebet

Ich lasse alles Belastende los. So strömt alles Heilsame in mein Herz. Möge der Engel der Heilung mit mir sein und meine Zellen durchlichten.

Bei welcher Herzensfrage brauche ich gerade eine Entscheidung?

Was spüre ich, wenn ich diese Frage in die Stille gebe und meiner Intuition Raum gebe?

Notizen...

April



Spüre die Magie des Aufblühens

Der April trägt eine besondere Qualität in sich, in der sich alles wieder öffnet. Die Natur zögert nicht lange – sie beginnt einfach zu wachsen, zu knospen und sich dem Licht zuzuwenden. Dabei vergleicht sie sich nicht und fragt nicht, ob sie schon „bereit genug" ist. Sie entfaltet sich in ihrem eigenen Rhythmus. Und vielleicht spürst du genau das auch in dir: etwas, das in dir gewachsen ist, möchte jetzt endlich erstrahlen.

Es muss nichts Großes sein. Vielleicht ist es ein neuer Gedanke, ein bisschen mehr Weichheit dir selbst gegenüber oder ein Moment, in dem du voller Leichtigkeit die Frühlingssonne genießen kannst. Vielleicht ist es dieses befreiende Gefühl von: „Ich darf mich öffnen." Und genau darin liegt die Magie dieses Monats – nicht im Werden, sondern im Sein.

Monatsengelbotschaft

Wenn die ersten Blüten ihre Farben entfalten, öffnen sich neue Räume des Wachstums. Die Engel möchten dich ermutigen, die Schönheit um dich herum zu spüren.

April Affirmation

Ich finde Stille und Heilung in der Schönheit der Natur.

Cosmogetic Methode

Verbinde dich mit der Natur

Setze dich an einen Ort in der Natur. Lass deinen Blick ruhig umherwandern und nimm die Welt um dich herum bewusst wahr: Farben, Formen und Bewegung. Richte dann deine Aufmerksamkeit auf die Geräusche und auf das, was dich umgibt. Wie duftet es hier? Atme bewusst durch den Mund ein und nimm den Geschmack des Frühlings wahr – frisch, lebendig, vielleicht blumig oder erdig. Spüre den Boden unter dir. Schließe nun sanft die Augen und wiederhole diese Sinneswahrnehmung. Spüre, wie alles feiner wird und sich in dir zu einem Gefühl von Verbundenheit verdichtet. Vielleicht entsteht in dir die Gewissheit: Ich bin ein Teil davon.

Meine Monats-To Dos

- ○ .....
- ○ .....
- ○ .....

Das Herz als Tor zur Seele – mit den Engeln zurück zu deiner Herzenskraft

Wochenendkurs
Schweiz & online
09.-11.04.2027

Ein lichtvolles Gebet

Liebe lichtvolle geistige Welt, liebe Blumenelfe, erfülle mein Herz mit der Schönheit, die mich umgibt. Dafür danke ich.

An welchem Ort fühle ich mich verbunden mit der Natur?

.....

.....

Was macht diesen Ort so besonders für mich?

.....

.....

.....

Mit welchem Naturelement fühle ich mich intuitiv verbunden?

Kreise ein oder markiere:

- 🌿 Erde
- 🌊 Wasser
- 🦋 Luft
- 🔥 Feuer

Was bringt mich zum Strahlen?

.....

.....

.....

.....



Was schenkt mir Wurzeln?

.....

.....

.....

.....

Mai



Das süße Leben im Jetzt

Dolce Vita – das süße Leben ist nichts, das irgendwo auf dich wartet. Es zeigt sich mitten in deinem Alltag, in den kleinen Momenten, die unscheinbar wirken und doch so viel Wärme in sich tragen. Vielleicht beginnt dein Tag mit einem entspannten Morgen, an dem du dir Zeit nimmst für Cosmogetic Yoga, deinen Atem spürst und langsam in dich und deinen Tag hineinfindest. Vielleicht ist es der erste Kaffee oder Tee, den du wirklich schmeckst, statt ihn nur nebenbei zu trinken. Oder ein Spaziergang mit deiner besten Freundin, voller Lachen und Leichtigkeit.

Das sind die Momente, in denen sich das Leben leicht anfühlt. Denn genau dann bist du ganz im Jetzt – nicht im Gestern und nicht im Morgen, sondern mitten im Erleben. Hier entsteht Freude, ganz von selbst.

Monatsengelbotschaft

Erlaube dir, das Leben mit allen Sinnen zu genießen. Die Engel erinnern dich daran, dass Ruhe und Freude keine Gegensätze sind, sondern sich gegenseitig nähren.

Mai Affirmation

Ich bleibe offen und voller Freude am Leben.

Cosmogetic Methode

Dankbarkeit im Moment

Setze dich an einen ruhigen Ort und schließe die Augen. Atme bewusst und komme ganz im gegenwärtigen Moment an. Spüre deinen Körper und deinen Atem. Lege deine Hände auf dein Herz und sage innerlich: „Liebe lichtvolle geistige Welt, ich danke dir für dieses Leben. Danke für alles, was mich trägt und begleitet.“ Öffne dich für das, was gerade da ist: dein Atem, dein Herzschlag, dein Sein. Erlaube dir, die Fülle nicht nur zu denken, sondern zu spüren. Sprich innerlich weiter: „Ich erkenne das Licht in diesem Moment. Ich erkenne die Fülle, die mich umgibt. Ich erlaube mir, sie zu fühlen.“ Bleibe noch einige Atemzüge in dieser Wahrnehmung.

Meine Monats-To Dos

- ○ .....
- ○ .....
- ○ .....

Genuss & Entspannung in den Bergen

Natur Retreat
in der Schweiz
10.-14.05.2027

Ein lichtvolles Gebet

Lieber Engel, ich lasse Liebe und Freude in mein Herz. Alles andere lasse ich los, alles andere lasse ich gehen.

Wann habe ich mich zuletzt voll im Augenblick gefühlt?

.....

.....

.....

.....

.....

Mini-Checkliste für den Mai

Kreuze an, welche Genussmomente du diesen Monat erleben konntest.

- ◯ barfuß gelaufen
- ◯ herzlich gelacht
- ◯ die Sonne genossen
- ◯ jemanden herzlich umarmt
- ◯ Cosmogetic Yoga geübt
- ◯ mein Lieblingsgericht gegessen
- ◯ .....
- ◯ .....

Welche Tätigkeit lässt mich Zeit und Raum vergessen?

.....

.....

.....

Welche Qualität bringt diese Tätigkeit in mein Leben?

.....

.....

.....



Tipp! Entdecke mein neues Buch **“Die Vereinigung”** für Cosmogetic Yoga und bewusste Momente im Hier und Jetzt.

Notizen...

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Juni



Deine Engel der Heilung

Es gibt viele Engel, die uns begleiten. Die Engel der Heilung tragen dabei eine besondere Qualität in sich. Sie verbinden dich mit der göttlichen Heilkraft, die bereits in dir angelegt ist. Oft geschieht ihr Wirken ganz sanft und leise – etwa durch feine Veränderungen in deinem Energiefeld, als würde sich etwas in dir weiten oder beruhigen. Oder als ein Gefühl von Licht, das durch deinen Körper fließt und dort wirkt, wo es gerade unterstützend und stärkend für dich ist. So kann sich auf liebevolle Weise lösen, was dich emotional oder auch körperlich belastet.

Vielleicht ist der Juni genau der Monat, in dem du dich dieser göttlichen Heilkraft wieder bewusster öffnest. Denn so wie die Sommersonne alles in ihr Licht taucht, darf auch deine innere Vitalität erwachen und deine Selbstheilungskräfte sanft gestärkt werden.

Monatsengelbotschaft

Deine Energie ist kostbar und will bewusst gepflegt werden. Die Engel zeigen dir Wege der Stille, des Rückzugs und der bewussten Erneuerung.

Juni Affirmation

Die Engel begleiten mich stets auf meinem Weg.

Cosmogetic Methode

Eine Heilbehandlung für dich

Setze dich aufrecht und bequem hin und schließe die Augen. Entspanne dich und achte auf deine tiefe Bauchatmung. Fühle in dich hinein und spüre, welcher Bereich deines Körpers besondere Aufmerksamkeit benötigt. Stelle dir das Organ oder die Körperstelle bildhaft vor. Lächle und schicke Liebe in Form von weißem, heilendem, göttlichem Licht hinein. Beobachte, wie sich das Bild verändert und lichtvoller wird. Sage innerlich: “Ich bin vollkommen gesund. Das Göttliche Licht umhüllt und erfüllt mich. Ich danke für meine vollkommene Gesundheit.” Bleibe weiterhin bei deiner tiefen Atmung und beobachte. Schöpfe Kraft aus diesem harmonischen Zustand.

Meine Monats-To Dos

- ☐ .....
- ☐ .....
- ☐ .....

Lerne, die göttliche Heilenergie zu nutzen

Online Ausbildung
Cosmogetic Healing
ab 08.06.2027

Ein lichtvolles Gebet

Lieber Engel, bitte segne mich, meinen Körper und meinen Geist. Ich bitte um neue Kraft und Heilung auf allen Ebenen.

In welchem Bereich des Lebens wünsche ich mir Heilung?

Was nehme ich in meinem Körper gerade wahr, wenn ich still werde?

Die wichtigsten Heilsymbole

∞ wird genutzt als Schwingung, Ausgleich und für heilsamen Energiefluss

† wird genutzt zur Auflösung von Blockaden und Konflikten

○ wird genutzt als Zeichen für Schutz und himmlischen Segen

Tipp! Wie du mit diesen Heilsymbolen arbeitest, lernst du in der Online Ausbildung Cosmogetic Healing.

Wie kann ich mir Zeit und Raum für Heilung schenken?

Notizen...

Juli



Begegnungen von Herz zu Herz

Der Sommer hat etwas, das uns automatisch ein Stück offener macht. Alles wird leichter, spontaner, ein bisschen weicher. Und vielleicht merkst du gerade jetzt auch, wie sehr dich bestimmte Begegnungen nähren – und andere dich eher erschöpfen. Es geht dabei nicht darum, Menschen zu bewerten oder Kontakte zu sortieren. Es geht vielmehr darum, ehrlich zu spüren: Wo entsteht echte Freude? Wo darf ich einfach ich sein?

Manchmal sind es genau diese Räume, in denen du dich gesehen, verstanden und inspiriert fühlst. Wo Gespräche sich leicht und zugleich tief anfühlen. Vielleicht ist das eine Einladung, dich mehr für genau solche Begegnungen zu öffnen, die von Herz zu Herz entstehen. Und genau dort kann etwas wachsen, das dich wirklich trägt – ganz ohne Anstrengung.

Monatsengelbotschaft

Verbindung mit anderen darf dich nähren, nicht beschweren. Die Engel laden dich ein, Beziehungen zu erleben, in denen Freude, Humor und Einfachheit wieder Platz finden.

Juli Affirmation

Ich schätze die Menschen, die mein Leben himmlisch machen.

Cosmogetic Methode

Stärke deine Selbstliebe

Lade liebevolle Begegnungen in dein Leben ein, indem du Selbstliebe praktizierst. Setze dich an einen ruhigen Ort und schließe die Augen. Atme einige Male bewusst ein und aus und komme ganz bei dir an. Lege eine Hand auf dein Herz. Stell dir vor, wie sich ein warmes, sanftes Licht der Selbstliebe ausbreitet und dich von innen erfüllt. Atme in dieses Gefühl hinein und lasse es sich in dir ausdehnen. Sprich innerlich: „Ich liebe mich. Ich liebe mich. Ich liebe mich." Bleibe einen Moment in dieser Wahrnehmung und spüre, wie sich deine innere Ausstrahlung verändert. Stelle dir vor, dass dieses Gefühl ganz natürlich nach außen wirkt.

Meine Monats-To Dos

- ○ .....
- ○ .....
- ○ .....

Cosmogetic Club
2x pro Woche mit Jana
montags & freitags

Ein lichtvolles Gebet

Lieber Engel, lass meine Liebe wie ein Licht zu denen fließen, die mir am Herzen liegen. Segne all meine Lieben. Dafür danke ich.

Meine Herzenverbindungen

Wer ist mein Mensch für tiefe Gespräche? ❤️

Wer bringt mich immer wieder zum Lachen? ☀️

An wen denke ich, wenn es mir nicht gut geht? 🫂

Wer begleitet mich auch aus dem Jenseits heraus? 🫠

Herz-zu-Herz-Liste

Notiere drei Eigenschaften, die dir in Freundschaften besonders wichtig sind.

Was schätzen andere Menschen besonders an mir?

Notizen...

August



Die Sprache der Engel

Der August trägt eine ganz eigene Qualität in sich. Der Sommer hat seinen Höhepunkt überschritten, und irgendwie spürt man das – in der Luft, in der Stimmung und in einem leisen Rückzug nach innen. Das Laute des Sommers wird sanfter. Und mit dieser Stille entsteht Raum für etwas, das sich vielleicht schon länger zeigen wollte.

Vielleicht wünschst du dir in diesen Wochen ganz besonders Zeichen aus der geistigen Welt. Einen wegweisenden Gedanken, eine Begegnung, die dich inspiriert, oder einfach eine leise Gewissheit, dass du auf deinem richtigen Weg bist. Das Schöne ist: Die Engel unterstützen dich dabei und senden dir genau diese himmlischen Zeichen. Fühle dich immer – und ganz besonders in diesem Monat – dazu eingeladen, sie um diese Unterstützung zu bitten. Sie wird dir niemals verwehrt werden.

Monatsengelbotschaft

Die Sprache der Engel zeigt sich in Ideen, Symbolen und wiederkehrenden Momenten. Je ruhiger dein Inneres wird, desto klarer kann dein Herz sie wahrnehmen.

August Affirmation

Ich vertraue der sanften Führung der Engel und danke dafür.

Cosmogetic Methode

Dein Herz als Empfänger

Setze dich bequem hin und schließe die Augen. Atme ruhig und lege eine Hand auf dein Herz. Spüre die Wärme darunter. Das Herz ist nicht nur ein Organ – es ist dein feinstes Wahrnehmungszentrum, der Ort, an dem die Botschaften der geistigen Welt ankommen. Stelle dir nun vor, wie sich dein Herzraum wie eine Blüte sanft öffnet – bereit zu empfangen, was dir gerade geschenkt werden möchte. Verweile einige Atemzüge in dieser Offenheit, ohne etwas zu erwarten. Sprich innerlich: „Ich bin Liebe, ich bin Licht, Frieden erfüllt mich." Spüre nach, was sich in dir zeigt – ein Gefühl, ein Bild, ein Wort. Das ist deine Verbindung.

Meine Monats-To Dos

- ○ .....
- ○ .....
- ○ .....

Persönliche Engelbotschaften
Regelmäßig neue Termine

Ein lichtvolles Gebet

Lieber Engel, ich vertraue der göttlichen Kraft und spüre großes Vertrauen in die himmlische Führung und meinen Seelenplan.

Welche Zeichen oder Zufälle sind mir zuletzt aufgefallen?

In welchem Bereich wünsche ich mir ein himmlisches Zeichen?

Meine Fragen an die Engel

Welche Fragen möchtest du den Engeln stellen? Versuche möglichst klar zu sein.

Notizen...

September



Dein innerer Kraftort

Der September lädt uns ein, innezuhalten. Die Zeit der üppigen Blüte weicht der Ernte – einer Zeit des Sammelns, der Dankbarkeit und der bewussten Rückschau. So wie die Natur ihre Früchte trägt, kannst auch du in diesem Monat erkennen, was aus deinen Gedanken, Entscheidungen und deinem Handeln gewachsen ist.

Besonders leicht gelingt dieser Blick an einem Ort, der dir Kraft schenkt. Für mich sind es die Schweizer Berge in Morschach – ein Ort, der sich wie die Heimat meiner Seele anfühlt. Doch auch in meinem Garten oder unterwegs finde ich immer wieder besonders kraftvolle Orte. Mach auch du dich auf die Suche nach deinem ganz persönlichen Kraftort. Dort fällt es oft leichter, die Verbindung zu dir selbst und zur geistigen Welt bewusst wahrzunehmen.

Monatsengelbotschaft

Erschaffe oder finde deinen Kraftort, an dem du dich sammelst und in deine Ruhe zurückfindest. Die Engel sind immer an deiner Seite.

September Affirmation

Ich finde Ruhe im achtsamen und tiefen Atem.

Cosmogetic Methode

Dein innerer Kraftort

Schließe die Augen und atme tief durch. Stelle dir nun einen Ort vor, an dem du dich vollkommen sicher und geborgen fühlst. Vielleicht ist es ein Platz in den Bergen, ein stiller Wald, ein sonniger Garten, das Ufer eines Sees oder das Meer. Lass diesen Kraftort vor deinem inneren Auge lebendig werden. Nimm die Farben wahr, das Licht, die Geräusche und die Düfte. Spüre den Boden unter deinen Füßen und die angenehme Luft auf deiner Haut. Sage nun langsam und bewusst zu dir selbst: "Ich bin hier. Ich bin in meiner Mitte. Ich bin getragen." Bleibe noch einige Augenblicke an deinem Kraftort und wisse, dass dieser Ort immer in dir existiert. Du kannst ihn jederzeit aufsuchen.

Meine Monats-To Dos

- ○ .....
- ○ .....
- ○ .....



Meditationen, Impulse & Übungen – jederzeit, überall.

Dein digitaler Kraftort in der kostenlosen Cosmogetic App

Ein lichtvolles Gebet

Lieber Engel, begleite mich zu meinem inneren Kraftort. Ich bitte um Stille, Erdung und tiefes Vertrauen in mich und meinen Weg.

Das ist mein innerer Kraftort – so sieht es dort aus, so duftet es, das spüre ich dort...

Botschaft meines Kraftorts

Welche Botschaft schenkt dir dein Kraftort für den September?

- ◯ Ruhe dich aus.
- ◯ Du bist auf dem richtigen Weg.
- ◯ Vertraue mehr.
- ◯ Du darfst loslassen.
- ◯ Bleib in deiner Mitte.
- ◯ Du wirst geliebt.
- ◯ Etwas anderes:

Notizen...

Oktober



Geführt von innen und oben

Deine Engel begleiten dich, deine Seele kennt den Weg. Und deine Intuition – dieses untrügliche Gefühl tief in dir – ist kein Zufall. Sie ist die Sprache deines Seelenplans. Vielleicht hast du dich schon einmal gefragt, warum bestimmte Menschen in dein Leben treten und warum manche gehen. Warum du manchmal etwas weißt, ohne es erklären zu können. Das sind keine Zufälle, sondern Hinweise. Zeichen deiner Engel, Impulse deiner Seele, Wegweiser auf deinem Weg.

Der Oktober lädt dich ein, tiefer in diese Zusammenhänge einzutauchen. Denn je mehr du verstehst, wie Intuition, Schicksal und engelhafte Führung in deinem Leben wirken, desto leichter wird es, himmlische Unterstützung wahrzunehmen und anzunehmen – und desto mehr Vertrauen findest du in den Weg, der sich vor dir entfaltet.

Monatsengelbotschaft

Nähe ist nicht an Raum gebunden. Die Engel erinnern dich daran, dass Verbindungen von Herz zu Herz keine Entfernung kennen.

Oktober Affirmation

Ich vertraue der Führung meiner Seele und der Engel.

Cosmogetic Methode

Im Schutz der Erzengel

Setze dich bequem hin und schließe die Augen. Atme ruhig in deinen Bauch und sprich innerlich: „Erzengel Michael, ich bitte dich um deinen Schutz und deine Klarheit. Erzengel Gabriel, ich bitte dich um deine Führung auf meinem Weg. Erzengel Raphael, ich bitte dich um deine heilende Kraft." Stelle dir vor, wie du von einem goldenen Licht umhüllt wirst – dem Licht dieser drei Erzengel, die dich von allen Seiten umgeben. Spüre ihre Präsenz. Du bist geschützt, geführt und gehalten. Bringe nun eine Frage mit, die dich beschäftigt – und vertraue dem ersten Gefühl, das in dir aufsteigt. Das ist deine Antwort.

Meine Monats-To Dos

- ○ .....
- ○ .....
- ○ .....

Dem Schicksal auf der Spur – deinen Seelenweg erkennen

Wochenendkurs
Schweiz & online
22.-24.10.2027

Ein lichtvolles Gebet

Liebe Engel, ich danke für euren Schutz, Führung und Heilkraft. Helft mir, die Zeichen zu erkennen, die meine Seele mir sendet.



Selbstreflexion

Wie sehr vertraue ich bereits auf meine Intuition?

- ◯ Ich zweifle noch oft.
- ◯ Manchmal höre ich hin.
- ◯ Ich folge ihr immer öfter.
- ◯ Sie ist mein wichtigster Kompass.

Wie nehme ich die Zeichen der Engel in meinem Leben wahr?

- ◯ Ich bemerke sie kaum.
- ◯ Manchmal frage ich mich, ob es wirklich Zeichen sind.
- ◯ Ich erkenne sie immer öfter.
- ◯ Ich bin dankbar und vertraue ihnen.

Wie klar fühle ich meinen lichtvollen Seelenweg gerade?

- ◯ Ich bin noch auf der Suche.
- ◯ Ich spüre eine leise Ahnung.
- ◯ Ich folge meinem Herzensimpuls.
- ◯ Ich lebe meinen Seelenplan bewusst.

Wann habe ich zuletzt auf mein Bauchgefühl gehört – und was ist daraus entstanden?

Notizen...

November



Die stille Zeit beginnt in dir

Für viele Menschen ist der November eine herausfordernde Zeit – die Natur zieht sich zurück, die Tage werden kürzer, das Licht weniger. Und gleichzeitig kann dieser Monat uns so wertvolle Inspiration schenken. Denn in der äußeren Stille entsteht Raum für etwas, das im Lärm des Alltags kaum zu hören ist: die Rückbesinnung auf das, was dein Herz wärmt.

Die dunklen Tage sind kein Warten auf das Licht. Sie sind selbst ein Teil davon. Vielleicht ist das die schönste Einladung des Novembers: innezuhalten, zu spüren, was du wirklich brauchst – und dich ganz bewusst auf die stille Zeit einzustimmen. Denn die besinnliche Zeit beginnt nicht erst im Dezember. Sie beginnt in dem Moment, in dem du das, was ist, umarmst und mit deinem Strahlen die Welt erhellst.

Monatsengelbotschaft

Die dunklen Tage werden zur Vorbereitung. Die Engel begleiten dich beim Übergang in eine Phase der Innenschau.

November Affirmation

Jeder Wandel führt mich zu mehr innerer Stabilität und Vertrauen.

Cosmogetic Methode

Dein inneres Licht

Setze dich bequem hin und schließe die Augen. Atme ruhig ein und aus und lass die Hektik des Alltags los. Stelle dir nun vor, wie tief in deinem Herzraum ein kleines, warmes Licht brennt – zart und still, wie eine Flamme, die sich noch sammelt. Lege beide Hände auf dein Herz und spüre die Wärme darunter. Mit jedem Einatmen wird dieses Licht ein bisschen heller, ein bisschen größer. Es breitet sich ruhig in dir aus und erfüllt dich mit Frieden. Sprich innerlich: „Ich bin Liebe, ich bin Licht, Frieden erfüllt mich." Spüre, wie sich diese Stille anfühlt – wie ein stilles Heim-kommen zu dir selbst. Verweile einige Atemzüge darin und trage dieses Licht bewusst in deinen Tag.

Meine Monats-To Dos

- ○ .....
- ○ .....
- ○ .....

Adventsseminare (1 Tag)
vor Ort: 21.11.-04.12.2027
online: 08.-12.12.2027

Ein lichtvolles Gebet

Lieber Engel, in der Stille dieser Tage finde ich zurück zu mir. Begleite mich auf diesem Weg und lass mein Licht heller werden.

Feel good-Liste

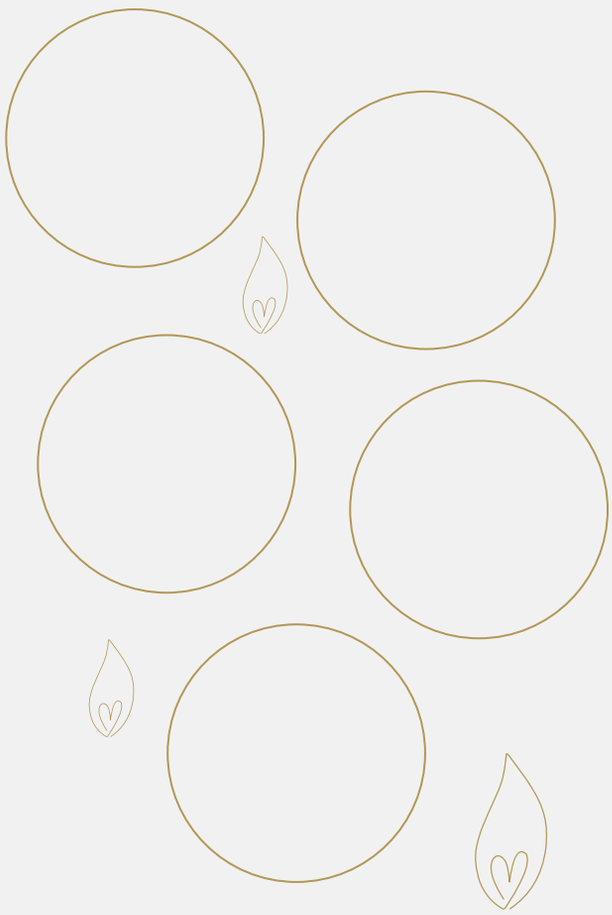
Was tut mir gut, wenn die Tage kürzer werden?

Was lässt mein Herz von innen warm werden?

Was möchte ich diesen Monat bewusst langsamer angehen?

Meine Lichtmomente

Notiere in die Kreise, wo dich das Leben mit einem kleinen Lichtmoment beschenkt hat.



Notizen...

Dezember



Das Einfache zählt

Der Dezember trägt eine besondere Weichheit in sich. Die Welt wird stiller und irgendwie rückt das, was wirklich zählt, ganz von selbst näher. Familie, Wärme, das einfache Beisammensein. Und doch wissen wir: Es gibt Menschen, die Weihnachten mit schwerem Herzen erleben – durch Verlust, Einsamkeit oder Not. Und es gibt Kinder, die in diesem Winter nicht das bekommen, was selbstverständlich sein sollte: Sicherheit, Wärme und ein Lächeln. Genau deshalb liegt mir meine Kinderhilfe in der Ukraine so am Herzen. Denn Licht weiterzugeben ist die schönste Form, Liebe zu leben.

In diesem Sinne lade ich dich ein, in der Stille des Dezembers bewusst innezuhalten. Nicht nur für dich – sondern auch als stilles Gebet für alle, die gerade Licht brauchen. Die Engel umhüllen uns alle. In dieser Zeit ganz besonders.

Monatsengelbotschaft

Die Engel umhüllen dich mit einer Präsenz, die nicht laut ist, sondern trägt – als Erinnerung an Frieden, Einfachheit und das Wesentliche.

Dezember Affirmation

Mit jedem bewussten Atemzug darf Frieden in mir einziehen.

Cosmogetic Methode

Licht in die Welt senden

Setze dich bequem hin, schließe die Augen und atme ruhig. Stelle dir vor, wie ein warmes, goldenes Licht in deinem Herzraum entsteht und sich mit jedem Atemzug weitet. Denke nun an die Menschen, die dir nahestehen – und sende ihnen dieses Licht in Gedanken. Dann weite deinen Blick: Denke an alle, die gerade Wärme, Hoffnung oder Trost brauchen. An Kinder, die in diesem Winter frieren. Sprich innerlich: „Möge dieses Licht alle erreichen, die es brauchen. Möge Liebe fließen, wo Dunkelheit ist." Spüre, wie du durch dieses Senden selbst erfüllt wirst – denn Licht, das wir weitergeben, wächst in uns.

Meine Monats-To Dos

- ○ .....
- ○ .....
- ○ .....

Weihnachtsmeditation
Live auf Instagram, Facebook & YouTube
24.12.2027, 15.00 Uhr



Ein lichtvolles Gebet

Lieber Engel, ich danke für dieses Jahr – für alles, was war, und alles, was kommen darf. Lass mich spüren, dass ich getragen bin.

Mein Jahresrückblick

Welches Wort verbindest du mit jedem Monat dieses Jahres?

Januar

Februar

März

April

Mai

Juni

Juli

August

September

Oktober

November

Dezember

Ein Wunsch für 2028

Welchen Herzenswunsch möchtest du mit in das neue Jahr nehmen?

Ich wünsche mir...

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

"Möge mein Wunsch im neuen Jahr Wurzeln schlagen und wahr werden." 🙏

Was uns wirklich ausmacht

Gemeinschaft als himmlisches Prinzip

Wir leben in einer Zeit, in der Verbindung überall und gleichzeitig nirgends zu sein scheint. Noch nie waren wir so vernetzt wie heute – und dennoch höre ich so viele Menschen immer wieder dasselbe Gefühl beschreiben: eine stille Einsamkeit, die auch durch hunderte Kontakte im Smartphone nicht kleiner wird. Menschen, die meditieren, beten, sich spirituell entwickeln – und trotzdem das Gefühl haben, mit dem, was sie innerlich bewegt, ganz allein zu sein. Vielleicht liegt genau hier der tiefste Widerspruch unserer Zeit.

Wir sind verbunden. Aber wir begegnen einander immer seltener in unserer Tiefe.

Vernetzung und echte Begegnung – zwei verschiedene Welten

Vernetzung schafft Kontaktpunkte. Echte Begegnung aber entsteht erst dort, wo ein Mensch ein Stück seines Inneren zeigt – und ein anderer ihn tatsächlich wahrnimmt, so wie er ist.





In unserem Alltag ist eine Verschiebung zu spüren: E-Mails werden beantwortet, Sprachnachrichten verschickt, Likes vergeben. Es findet so viel Kommunikation statt und doch sind echte Momente der Präsenz selten geworden. Momente, die man wirklich miteinander teilt, nicht mit dem halben Blick auf das Smartphone oder in Gedanken bereits beim nächsten Tagespunkt. Doch es sind genau diese Momente, die etwas in uns verändern. Die Anspannung im Körper lässt ein wenig nach, der Atem wird ganz natürlich tiefer. Das Nervensystem kommt ein Stückchen mehr zur Ruhe. Nicht, weil sich die äußeren Umstände verändert haben, sondern weil wir das, was uns bewegt, nicht mehr ganz alleine tragen müssen. Heilung, das erlebe ich immer wieder, ist selten ein isolierter Prozess. Sie geschieht im Dazwischen – im Raum, den ein Gegenüber öffnet, ohne zu bewerten oder zu reparieren.

So ist es nicht verwunderlich: Während künstliche Intelligenz und digitale Systeme in rasantem Tempo wachsen, steigt zugleich etwas anderes, sehr Menschliches. Es ist die Sehnsucht nach

echter Präsenz. Je effizienter unsere Kommunikation wird, desto deutlicher spüren wir, was ihr fehlt – das Ungeplante, das Verletzliche, das Unperfekte.

Denn was uns zu Menschen macht, ist nicht unsere Effizienz. Es ist unsere Fähigkeit zu fühlen, zu trauern, zu staunen und zu lieben.

Wir als geistige Wesen in einem menschlichen Körper tragen eine Kraft in uns, die keine Maschine der Welt besitzt. Es ist die Fähigkeit, Himmel und Erde in uns zu verbinden – das Göttliche im Alltäglichen zu berühren und uns dabei gegenseitig zu sehen, von Herz zu Herz. Keine Technologie der Welt kann uns das abnehmen.

Was Begegnung in uns bewegt

Das macht echte Begegnung zu mehr als nur einem emotionalen Extra. Sie ist eine Form innerer Ordnung. Kein Mensch ist dafür erschaffen, alles alleine zu tragen. Weder Freude noch Schmerz, weder Erkenntnis noch Wachstum. Diese Wahrheit übersehen wir leicht in einer Zeit, die Individualität so hoch bewertet.

Dabei lehrt uns die Seele etwas anderes. Aus geistiger Sicht entwickeln wir uns nämlich nicht nur im Rückzug, in stillen Stunden der Einkehr und Selbstreflexion. Wir wachsen ebenso im Wechselspiel mit unserem Umfeld. Erst durch andere Menschen werden viele unserer Fähigkeiten sichtbar.

Mitgefühl braucht ein Gegenüber, Geduld braucht Situationen, in denen sie geübt werden kann, Vergebung, Vertrauen und Liebe entfalten ihre volle Kraft nicht im Alleinsein – sondern im Miteinander. Jeder Mensch, der uns begegnet – der uns berührt, unterstützt oder herausfordert – öffnet uns die Möglichkeit, etwas Neues über das Leben und über uns selbst zu lernen. Gemeinschaft wird so zu einem Raum der Entwicklung.

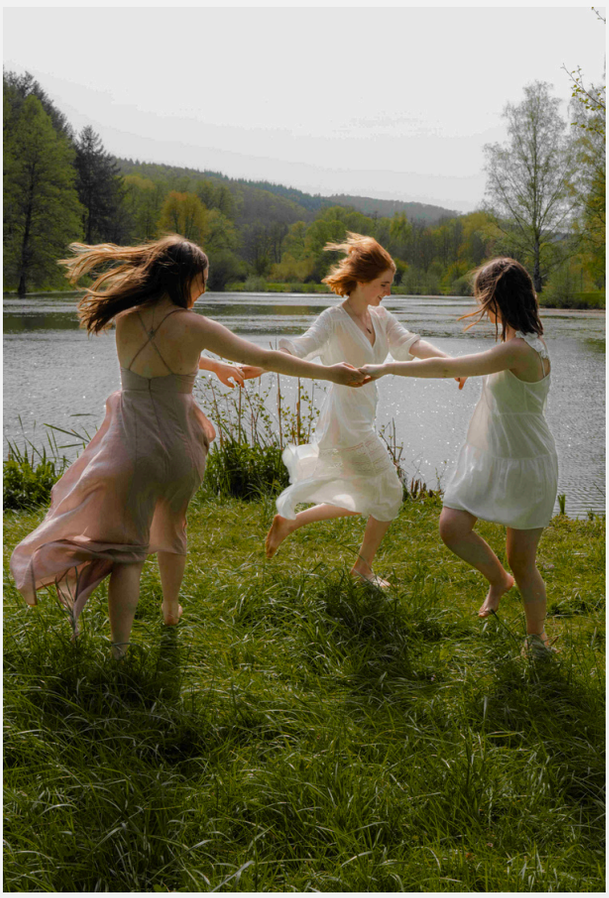
Auch die Engel begleiten uns Menschen seit jeher nicht nur als Einzelne, sondern als Gemeinschaft von Seelen. Die Botschaften aus der geistigen Welt kreisen nie um Perfektion oder Leistung, sondern letztlich um ein glückliches, erfülltes Leben – im Miteinander. Nicht umsonst schenken uns die Engel Impulse, die uns einladen, so zu handeln, dass es für alle Beteiligten sinn- und lichtvoll ist. Das macht Gemeinschaft nicht nur zu einem menschlichen Bedürfnis – sie ist ein himmlisches Prinzip.

✦ Gebet ✦
Engel der Liebe,
ich danke meinen Mitmenschen
für all die Liebe, die Impulse
Mögen die Engel uns alle
beschützen.

Eine Einladung

Vielleicht ist das, was wir als Getrenntsein wahrnehmen, gar nicht nur ein Defizit. Vielleicht ist es eine Schwelle, die wir übertreten dürfen – hin zu einer bewussteren, tieferen Form von Verbindung.

Lass Himmel und Erde sich berühren – in dir und zwischen uns.



Willkommen im Cosmogetic Club



Ein Raum für deine Seele

MITTEN IM ALLTAG
NEU AB JANUAR 2027

Dein fester Anker im Alltag

Der Cosmogetic Club ist mein Herzprojekt. Ein Raum, der entstanden ist aus dem tiefen Wunsch, Spiritualität nicht auf besondere Momente zu beschränken – sondern sie wirklich in den Alltag zu bringen.

Denn ich erlebe es immer wieder: Menschen machen eine Ausbildung, besuchen ein Seminar, lesen ein Buch – und fühlen sich danach beflügelt. Und dann holt der Alltag sie wieder ein. Nicht weil die Erkenntnisse falsch waren, sondern weil Transformation Kontinuität braucht.

Genau das ist der Cosmogetic Club: dein fester Anker. Woche für Woche, gemeinsam und live mit mir. Ein Ort, an dem Spiritualität nicht verblasst, sondern wächst – getragen von einer Gemeinschaft, die denselben Weg geht und dich wirklich versteht.

Dein Jahresabo-Geschenk

Wenn du dich für das Jahresabo entscheidest, erhältst du ein ganz besonderes Zeichen der Verbundenheit.

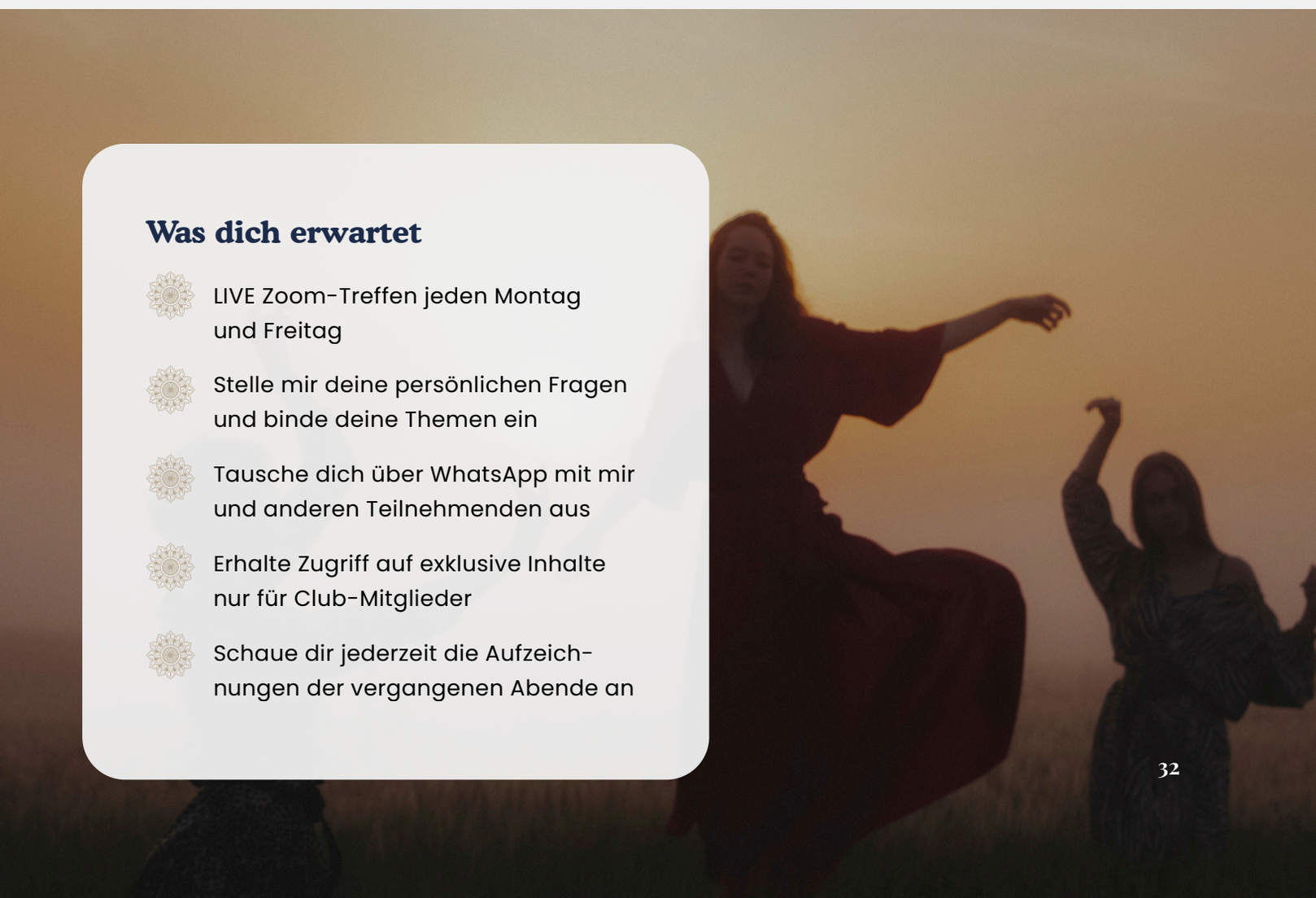


Dein exklusives Cosmogetic Club-Armband von Lotus Licht aus hochwertigen Edelsteinperlen und einer heilsamen Lemniskade.



Dein eigener Club-Kalender – für Notizen, liebevolle Erinnerungen und Alltagstermine.

Starte das neue Jahr mit gelebter Spiritualität!



Was dich erwartet

- LIVE Zoom-Treffen jeden Montag und Freitag
- Stelle mir deine persönlichen Fragen und binde deine Themen ein
- Tausche dich über WhatsApp mit mir und anderen Teilnehmenden aus
- Erhalte Zugriff auf exklusive Inhalte nur für Club-Mitglieder
- Schaue dir jederzeit die Aufzeichnungen der vergangenen Abende an

Dein nächster Schritt

Heilen mit der göttlichen Kraft

Es gibt eine Kraft, die uns direkt mit der göttlichen Heilquelle verbindet. Sie ist nicht an besondere Umstände gebunden, sondern immer da – in dir, um dich herum, in der Verbindung zwischen Himmel und Erde. Ich nenne sie die göttliche Heilkraft. Und ich glaube fest daran, dass wir alle Zugang zu ihr haben.

Was ist diese Kraft? Sie ist das Licht, das fließt, wenn wir uns auf unsere geistige Anbindung besinnen. Sie ist die Energie der Engel, die uns umgibt, wenn wir unser Herz für sie öffnen. Sie ist die Liebe, die entsteht, wenn wir uns selbst, einem anderen Menschen oder einer Situation mit einem offenen, ausgerichteten Herzen begegnen. Heilung geschieht durch diese Kraft – und sie ist jedem von uns zugänglich. Nicht nur jenen, die als besonders sensibel oder spirituell begabt gelten. Du musst nur lernen, diese Energie bewusst zu nutzen. Mit deinem Herzen, mit deinem Atem, mit deiner Intention.

In meiner Arbeit erlebe ich immer wieder, wie tiefgreifend diese Energie wirken kann. Menschen, die sich erschöpft fühlen, finden zurück zu ihrer Vitalität. Körperliche und emotionale Blockaden lösen sich. Alte Muster und frühkindliche Prägungen dürfen heilen. Und das alles nicht weil von außen etwas repariert wird, sondern weil etwas von innen wieder fließen darf.

Genau das lehrt Cosmogetic Healing. Die Verbindung zur geistigen Welt bewusst eingehen. Den Körper bis in die Zellebene durchlichten. Heilenergie durch Handauflegen weitergeben. Engelenergien und -botschaften empfangen und liebevoll teilen. Es ist ein Weg, der nicht nur heilt, sondern verwandelt. Die Cosmogetic Healing Ausbildung ist für mich deshalb mehr als eine Ausbildung. Sie ist wahrlich eine Lebensschule.

Eine Einladung, tiefer in das einzutauchen, was du bereits in dir trägst, und es bewusst, liebevoll und lichtvoll in die Welt zu bringen.



Online Ausbildung

Cosmogetic Healing

Entfalte deine Selbstheilungskraft und entdecke die tiefe Verbindung zu dir selbst und zur geistigen Welt. Selbstheilung und Selbstfürsorge sind Ausdruck deiner Liebe zu dir – und der Schlüssel für Gesundheit, Vitalität und innere Klarheit auf allen Ebenen. In der Ausbildung lernst du, dich mit der göttlichen Heilenergie zu verbinden, deine Zellen zu durchlichten und körperliche wie emotionale Blockaden zu lösen.

Du findest Orientierung und Halt, entfaltest dein Potenzial – und wächst Schritt für Schritt in deine Berufung hinein, ob für dich selbst oder in der Begleitung anderer Menschen. Du übst, Heilenergie bewusst einzusetzen, mit Handauflegen, Meditationen und Intuitionsübungen zu arbeiten – und lichtvolle Botschaften der Engel achtsam in dein Leben und das deiner Klienten zu tragen.

Module

1. *Meditative Verbindung mit der geistigen Welt; Selbst- & Fernheilung*
2. *Achtsamkeitsübungen; Schulung der Intuition unter Einbeziehung der Engel*
3. *Entscheidungskompetenz & Engelbotschaften empfangen*
4. *Umgang mit dem höheren Selbst; Lösungen für Lebensfragen & Beratung*
5. *Wirkung von Heilsymbolen & Gebeten*

weiterführende Inhalte:

- Kraft deiner Gedanken; Heilbehandlung von vorgeburtlichen Schocks
- Aura & kindliche Konditionierung
- Heilung des inneren Kindes & Stärkung der weiblichen Energie
- Männlicher Aspekt & innere Balance
- Heilung von inneren & äußeren Krankheitsursachen; Lebensmitteltestung
- Intuitionstraining & Energiearbeit
- Erdstrahlen & Elektrosmog als Krankheitsursache erkennen
- Kraft der Sprache & Ausstrahlung
- jenseitige Welten & Trauerbegleitung
- Beratungspraxis & Umgang mit Klienten



Sichere dir bis 31.03.2027 den Frühbucher-Preis & spare 320€/CHF!

3x 10 Abende
Live via Zoom

Start am
08.06.2027

Zwei Tage nur für dich

Wochenendkurse in Morschach & online

Gönne dir eine bewusste Auszeit für deine lichtvolle Entwicklung – ganz egal, ob in einem Kurzurlaub in den Schweizer Bergen oder gemütlich online von Zuhause. Lass den Alltag hinter dir, öffne dein Herz für neue Erkenntnisse und tauche ein in Momente der Stille, des Wachstums und der Verbindung zu deinem inneren Licht.

Das Herz als Tor zur Seele

Mit den Engeln zurück zur Herzenskraft

Unser Herz kennt Wege,
die der Verstand nicht erklären kann. Es trägt unsere Sehnsucht, unsere Wahrheit und jene leise Stimme, die wir im Alltag so leicht überhören. Gemeinsam begeben wir uns auf eine liebevolle Reise zurück zu deinem Herzen und zu einem Teil von dir, der vielleicht lange darauf gewartet hat, wieder gehört und gelebt zu werden. Die Engel begleiten uns dabei und helfen dir, Vertrauen zu entwickeln und dich wieder für die wertvollen Impulse deines Herzens zu öffnen.

in der Schweiz & online
09. – 11.04.2027

Dem Schicksal auf der Spur

Deinen Seelenweg erkennen

Warum begegnen dir bestimmte Menschen immer wieder? Warum führen dich manche Lebenssituationen an deine Grenzen? In diesem Wochenende begeben wir uns gemeinsam auf die Spur deines ganz persönlichen Seelenweges. Wir schauen auf Wendepunkte, Begegnungen und wiederkehrende Themen – und gewinnen neue Perspektiven. Die Engel begleiten uns als liebevolle Wegweiser und helfen dir, die feinen Spuren zu erkennen, die deine Seele für dich hinterlässt.

in der Schweiz & online
22. – 24.10.2027





Engelbotschaften

Das sagt dein Schutzengel

In deiner persönlichen Engelbotschaft erhältst du einen liebevollen Impuls deines Schutzengels. Ob du dich gerade an einem Scheideweg befindest, eine wichtige Entscheidung vor dir hast, dich verloren fühlst – oder einfach spüren möchtest, dass du nicht alleine bist: Dein Schutzengel hat eine Botschaft für dich, die stärkt, tröstet und dir neue Klarheit schenkt. Erhalte deine individuelle Botschaft.

Termine

JANUAR | 27. | 28. **FEBRUAR** | 09. | 10. | 11.
MÄRZ | 09. | 10. | 11. | 24. **APRIL** | 28. | 29.
MAI | 04. | 05. | 06. **JUNI** | 23. | 30.
JULI | 21. | 28. **AUGUST** | 04.
SEPTEMBER | 08. | 22. | 29.
OKTOBER | 07. | 12. | 13. | 14.

Erhalte eine Botschaft deines Schutzengels



Fernbehandlung

mit Cosmogetic Healing

In einer Cosmogetic Healing Fernbehandlung darfst du ankommen, entspannen, loslassen und neue Kraft schöpfen. Spüre, wie die Engel sanft deine Aura ausstreichen. Die göttliche Heilenergie wirkt sanft auf allen Ebenen – körperlich, geistig und seelisch. Sie aktiviert deine Selbstheilungskräfte, löst, was sich festgehalten hat, und lässt Harmonie, Leichtigkeit und inneren Frieden entstehen.

Termine

19. Januar | 23. Februar | 23. März
27. April | 03. Juni | 14. Juli
15. September | 28. Oktober

Verbringe eine Stunde wie auf Wolken

Jahresübersicht 2027

JANUAR

11.01. | START
Cosmogetic Club –
montags & freitags

FEBRUAR



MÄRZ



APRIL

09. – 11.04.
Wochenendkurs
Das Herz als Tor
zur Seele

MAI

10. – 14.05.
Natur Retreat Schweiz

23. – 31.05.
Segel Retreat Italien

JUNI

08.06. – 01.07.
Cosmogetic
Healing
Level 1

JULI

13.07. – 12.08.
Cosmogetic
Healing
Level 2

AUGUST



SEPTEMBER

07.09. – 06.10.
Cosmogetic
Healing
Level 3

OKTOBER

22. – 24.10.
Wochenendkurs
Dem Schicksal auf
der Sur

NOVEMBER

Adventsseminare
vor Ort in der Schweiz
zwischen 21.11. –
04.12.

DEZEMBER

Adventsseminare
online zwischen
08.–12.12.

+ Cosmogetic Club montags & freitags – Einstieg jederzeit möglich
+ regelmäßige Fernbehandlungen mit Cosmogetic Healing
& persönliche Engelbotschaften

Ausblick 2028

Online Ausbildung

Cosmogetic Life Coach

Du bist, was du denkst. Deine Gedanken formen deinen Charakter – und damit dein Leben. Wer lernt, alte Muster zu erkennen und loszulassen, öffnet die Tür zu einem Leben in echter Freiheit und innerer Klarheit.

Der Cosmogetic Life Coach verbindet tiefgreifendes Bewusstseinstraining mit bodenständiger Spiritualität. Du lernst, aus dem Gedankenkarussell herauszubrechen, dein inneres Kind zu heilen, stimmige Entscheidungen zu treffen und harmonische Beziehungen zu gestalten – um dein volles Potenzial zu leben und andere Menschen auf ihrem Weg zu begleiten.

Module

1. *Lebenssinn & emotionale Intelligenz*
2. *Selbstliebe, Stressbewältigung & Urvertrauen*
3. *Inspiration & Entscheidungskompetenz*
4. *Seelenstärke & Resonanzprinzip*
5. *Angstbewältigung, Erfüllung & Erfolg*

Enjoy your life, enjoy your spirit, enjoy your soul.

weiterführende Inhalte:

- Umgang mit Angst & Aggression
- Gefühlswelt & Kraftpotenzial
- Selbstliebe & Heilung des inneren Kindes
- emotionale Gesundheit & Freiheit
- Achtsamkeit & Selbstwahrnehmung
- Richtige Gesprächsführung; Eigenliebe & befreite Sexualität
- Entwicklungsschritte & Kraftpotenzial; Hilfe bei Depression & Angststörungen
- Traumdeutung; Beruf & Berufung
- Coaching, Selbsterfüllung statt Selbstoptimierung
- Sicherheit & richtige Entscheidungen



Nächster Start im Mai 2028

Was uns wirklich ausmacht

Im Jungbrunnen baden, Abend für Abend

Es gibt einiges, was uns Menschen von den Engeln unterscheidet – und fast immer hängt es damit zusammen, dass wir in einem Körper auf unserem Planeten Erde leben. Damit sind wir bestimmten Bedingungen unterworfen, die es im Himmel nicht gibt. Auch das Altern gehört dazu und es ist unausweichlich. Aber gibt es nicht vielleicht doch Wege, auch hier ein bisschen mehr engelsgleich zu sein?

Die Endlichkeit macht vor niemandem Halt

Solange wir relativ jung sind, wissen wir, dass »es« kommen wird. Aber was das Älterwerden dann wirklich bedeutet, wie es sich anfühlt, wie man damit lebt – das muss jede und jeder selbst erfahren. Wir werden mit Dingen konfrontiert, die kein Engel nachempfinden kann, weil es sie nur im irdischen Körper gibt. Die Haut bildet Fältchen und ist weniger straff, die Muskulatur bildet sich zurück, die Schwerkraft wird deutlicher. All das löst eine ganze Menge an Gefühlen und Gedanken aus, die wir bislang nicht kannten.

Natürlich sind wir in unseren Vierzigern und Fünfzigern noch relativ jung und haben noch sehr viel vor uns. Aber wir bemerken bereits sehr deutlich, dass auch wir der Endlichkeit unterliegen. Zweifellos wollen wir alle die Zeit, die wir in dieser Inkarnation noch vor uns haben, bestmöglich erfahren – und deswegen halten wir Ausschau nach einem Jungbrunnen.

Mehr Körper, mehr Erde

Viele Menschen entdecken genau in der Zeit, in der die Alterungsprozesse deutlicher werden, die Wichtigkeit ihres Körpers. Gerade wir Spirituellen sind oft so sehr mit Meditationen, Affirmationen und Seelenaufgaben beschäftigt, dass wir unseren Körper regelrecht vergessen. Doch auch er gehört ganz unbedingt dazu, auch zur Spiritualität. Denn Körper, Geist und Seele sind ein Gesamtes – und das nicht nur in der Theorie, sondern im gelebten Leben.

Spätestens ab der Lebensmitte merken wir, dass wir liebevoll für unseren Körper sorgen müssen. Tun wir das nicht, fordert er auf immer drastischere Weise unsere Aufmerksamkeit ein. Unsere Jungbrunnen können ganz unterschiedlich aussehen, aber immer gehören eine gesunde Ernährung, ausreichend Schlaf und körperliche Bewegung dazu.

Und doch gibt es etwas, das manchmal übersehen wird: unser Nervensystem. Wir leben in einer sehr reizintensiven Zeit, in der sehr viel auf uns einströmt und sehr viel von uns gefordert wird. Wie oft liegst du abends wach, weil es in deinem Kopf noch so sehr vibriert und denkt und unruhig arbeitet? Wie oft fühlst du dich am Tag überfordert? Wie oft sehnst du dich danach, wieder so »wie früher« einfach kraftvoll zu sein und auch mal wirkliche Momente der Ruhe zu erleben?

Wir können unser Nervensystem so regulieren, dass wir stressresistent werden – und damit auf eine gute Weise älter werden.



Den Großteil der Anstrengungen eines Lebens in der heutigen Zeit können wir nicht verhindern. Aber wir können unser Nervensystem so regulieren, dass sie ihm nicht mehr so viel ausmachen. Wir können stressresistent werden – und genau damit auf eine wirklich gute Weise älter werden.

Jung altern

Für mich persönlich wurde ein neuartiger Umgang mit meinem Körper und speziell dem Nervensystem zu meinem Jungbrunnen. Als ich die ersten Zeichen des Älterwerdens an mir bemerkte, entschloss ich mich, es anders zu machen als fast alle Menschen, die ich in meinem Umfeld jenseits der 50 beobachte. Ich will, soweit es in meiner Macht steht, »jung altern«.

Ich freue mich über die zunehmende Erfahrung und die wachsende Souveränität, die ich mir im Laufe der Jahre aneignen konnte. Doch ich möchte weitestgehend gesund altern, mir meine Schönheit bewahren, meine Jugendlichkeit und meine Kraft und Frische. Ich habe dafür die Methode Cosmogetic Yoga entwickelt und biete sie seit einiger Zeit in Kursen, Ausbildungen und auf meiner Cosmogetic App an. Denn ich bemerke die Erfolge – und anderen blieben sie auch nicht verborgen, weshalb sie mich baten, mein »Geheimnis« der Jugendlichkeit zu teilen.

Tatsächlich fühle ich mich heute, während ich auf die 50 zugehe, in meinem Körper wie Anfang 20.

Der Jungbrunnen, der mir das ermöglicht, ist eine allabendliche Übungsfolge verbunden mit einer besonderen Atmung, die das Nervensystem in die Entspannung führt und mir dadurch einen sehr erholsamen Schlaf erlaubt. Lymphe und Blut kommen auf eine wirkungsvolle Weise in Bewegung, Faszien und Muskulatur lösen nach und nach allen alten Stress aus ihren Zellen. Der Körper kann auf allen Ebenen regenerieren und entspannen. Alles, was einen Jungbrunnen ausmacht. Es geht nicht darum, dass wir zu Engeln werden, die zeitlos sind. Aber es darf darum gehen, dass wir uns aus gesellschaftlichen Vorstellungen vom Alter lösen. Ja, natürlich altert man – aber man kann gut altern, attraktiv und weitgehend gesund. Und genau das wünsche ich auch dir – auf die für dich passende Weise.

Die Cosmogetic-Yoga-Atmung

Diese Atmung gehört zur Übungspraxis des Cosmogetic Yoga – du kannst sie aber auch so, ganz für dich, in deinen Alltag einbauen.

Setz dich aufrecht hin, leg eine Hand auf deinen Bauchraum und atme tief durch die Nase ein. Spüre, wie sich die Bauchdecke wölbt und die Wirbelsäule streckt, der Nacken lang wird und das Scheitelchakra sich zum Himmel hinauf bewegt. Mit dem Ausatmen öffnest du den Mund und tönst ein »Haaaa« – du spürst die Vibration im Hals und im ganzen Oberkörper.

Probier es ein paar Mal und trau dich, deine Stimme hörbar zu machen. Spürst du, wie es leichter wird?

Dein Körper hat einen eigenen Jungbrunnen – lerne ihn zu nutzen.

“Die Vereinigung – Mit Cosmogetic Balance die körperliche und geistige Welt in Einklang bringen"
Jana Haas · NOW Verlag · JETZT im Handel



Jana Haas Kinderhilfe

Für Kinder in der Ukraine

Was bleibt, wenn alles geht

Es gibt Bilder, die sich ins Herz einschreiben. Eines davon stammt aus einem Bericht unserer Kinderhilfe. Ein Mädchen, zehn Jahre alt, sitzt in einem Werkraum in Winnyzja in der Ukraine und fädelt mit ruhigen, sicheren Händen Perle für Perle auf eine dünne Schnur. Sie ist so versunken in diese Arbeit, dass die Welt um sie herum für einen Moment stillzustehen scheint. Sie kommt aus der Region Cherson. Zu Hause, in dem Haus, in dem sie aufgewachsen ist, liegt noch eine ganze Schachtel voller Perlen, sagt sie – unterm Bett, genau da, wo sie sie zurückgelassen hat. Die Großmutter passt darauf auf. Auf die Perlen und auf das Haus, auf alles, was geblieben ist, als die Familie aufgrund russischer Angriffe fliehen musste. Denn solange die Großmutter da ist, ist es noch immer ihr aller Zuhause. Das Mädchen erzählt das leise, ohne von ihrer Arbeit aufzublicken, und fädelt weiter.

Sie trägt, was Zehntausende Kinder in der Ukraine tragen: einen Krieg, den sie nicht verstehen, und eine Kindheit, die plötzlich woanders stattfindet.

So schmerzhaft diese Erkenntnis ist, so bewegend ist das, was darin liegt: die unglaubliche Kraft der Seele, die sich auch im Dunkelsten einen Weg bahnt, wie ein Licht, das man nicht auslöschen kann. Diese Kinder wollen lachen und lernen. Sie wollen einfach wieder Kind sein dürfen. Und genau dabei unterstützen wir sie.

Was wir gemeinsam bewegen

Ich habe die JHK – Jana Haas Kinderhilfe im Jahr 2010 gegründet, weil ich von Herzen glaube, dass wir alle einen Teil dazu beitragen können, Licht in die Welt zu tragen. So viele Jahre begleiten wir bereits benachteiligte Kinder. Seit einigen Jahren in der Ukraine, wo Menschen jeden Tag aufs Neue beweisen, was in uns allen steckt: ein unerschütterlicher Wille zum Leben, zur Gemeinschaft und zur Hoffnung. Wir unterstützen dort die demokratische Schule VilnOsvita in Winnyzja.



Engel des Lichts,
breitet eure Flügel über alle Kinder aus, die gerade in Dunkelheit sind. Schenkt ihnen Wärme, Schutz und die Gewissheit, dass sie geliebt sind – von uns und von euch.



Diese Schule ist kein gewöhnlicher Ort – sie ist eine Ersatzfamilie für Hunderte von Kindern, die ihre Heimat verloren haben.

Über 1.500 Kindern und Familien konnte VilnOsvita seit Kriegsbeginn Unterkunft, Wärme und Mahlzeiten geben, und über 800 Kinder lernen dort heute kostenlos – nicht nur Lesen und Schreiben, sondern vor allem, sich selbst wieder zu vertrauen und die Welt als einen Ort zu erleben, an dem es Schönes geben kann.

Was dort entsteht, berührt mich jedes Mal neu: Kinder, die Seifenstücke gießen und Keramik bemalen, die Stoffe besticken und Perlenketten weben – kleine, geduldige Handgriffe, die etwas in der Seele ordnen, was die großen Ereignisse durcheinandergeworfen haben. Mütter, die gemeinsam Yoga üben oder im Co-Working-Raum einen Schritt zurück ins eigene Leben finden. Menschen, die im Playback-Theater die eigene Geschichte gespiegelt sehen und merken: Ich bin nicht allein. Und aus der Kinderschule höre ich von Kindern, die Fallschirme gebaut und Panflöten gebastelt haben – Kinder, die gelernt haben, dass die Welt unberechenbar ist, und die hier erleben: Ich kann etwas erschaffen. Das ist keine Ablenkung, sondern ein Stück Heilung.

Genau das schenkt VilnOsvita, Tag für Tag, Kind für Kind.

Was du tun kannst

In der heutigen Zeit gibt es immer wieder neue Nachrichten zu Krisen und Konflikten – und man weiß kaum, wohin mit seiner Aufmerksamkeit. Und doch möchte ich uns alle darum bitten, die Menschen in der Ukraine nicht zu vergessen. Der Krieg geht weiter, aber er darf niemals zum Normalzustand werden. Diese Kinder können ihre Kindheit nicht pausieren. Sie sollen inmitten all des Chaos Kreativität, Gemeinschaft und Freude erleben dürfen – und dafür brauchen sie uns.

Wenn dich diese Worte berühren, kannst du helfen. Eine einmalige Spende, ein Dauerauftrag oder das Teilen dieser Zeilen: Jeder Beitrag fließt direkt dorthin, wo er gebraucht wird – in Unterkunft, Wärme, Essen, Unterricht und menschliche Begleitung. Und jeder Euro trägt dazu bei, dass ein Kind heute Abend sicher einschlafen kann. Das ist keine Kleinigkeit – manchmal ist das alles, was es braucht.



Spenden aus Deutschland

JHK – Jana Haas Kinderhilfe e.V.
IBAN: DE79 6905 0001 0024 6628 01
SWIFT-BIC: SOLADES1KNZ
Sparkasse Bodensee
...oder via PayPal

Spenden aus der Schweiz

JHK – Jana Haas Kinderhilfe
IBAN: CH37 0078 4298 4576 9200 1
SWIFT-BIC: KBTGCH22
Thurgauer Kantonalbank
...oder via TWINT

Raum für Notizen

Raum für Notizen

Raum für Notizen

Raum für Notizen

Raum für Notizen

Raum für Notizen

Raum für Notizen

Raum für Notizen


Instagram
Facebook
YouTube
WWW.JANAHAAS.COM