

Leseprobe aus **Mit Engelschwingen durch die Neue Zeit** von Belgin Groha.  
Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung des Verlages. Alle Rechte vorbehalten.

---

**PRANAHAUS**<sup>®</sup>  
Alles Gute für Körper, Geist und Seele

Hier geht's zum Buch

[>> Mit Engelschwingen durch die Neue Zeit](#)

# *Mit Engelsschwingen durch die Neue Zeit*

## *Inhalt*

Vorwort Silke Wagner

Begrüßung

Was ist eigentlich die Geistige Welt?

Wie sieht die Geistige Welt aus?

Das *Higher Self*

Engel

Geistführer

Verstorbene Angehörige

Die Blume des Lebens als Schutzraum

Was ist ein *Trance Healing*?

Eine *Trance Healing* Story und ihre Folgen

*Sitting in the Power* – Eine etwas andere Meditation

Übungen aus der Geistigen Welt

*Ärger loswerden*

*Negative Energien abwaschen*

*Selbstliebe als Morgenritual*

*Lichtmantel anlegen*

Wie geht eigentlich Vergebung?

Wie wichtig ist Erdung, und wie geht das?

Kopf mit Herz verbinden

Eine weitere *Trance Healing* Story und großes Staunen

Die Macht der Gedanken

Die Macht der Gefühle

Deine Fantasie ist deine Eintrittskarte in die Geistige Welt

Mit den Engeln durch den Alltag

Ein neuer Zyklus hat begonnen und geht bis 2032

Die neusten Durchsagen zur aktuellen Zeit

Deine medialen Superkräfte

Häufig gestellte Fragen in Workshops und Seminaren

Zum Schluss

Danksagung

Über die Autorin

Buchempfehlungen

## *Vorwort von Silke Wagner*

Als Belgin und ich uns kennenlernten, schwang da sofort eine Sympathie mit. Ich mag Menschen, die so eine bodenständige Spiritualität ausstrahlen und/oder gerade deshalb solch eine Tiefe haben. Ihre Ausstrahlung und ihre Wärme sind etwas ganz Besonderes, und ich halte sie für ein wunderbares Medium. Belgin hatte eine Sitzung bei mir gebucht, und ich bat sie inständig, dieses Buchprojekt nach vorne zu bringen. Sie nahm mich beim Wort – und beim Vorwort!

Ja, liebe Leserin, lieber Leser, ich bin dankbar, dass ich Belgin einen Schubs in die richtige Richtung geben durfte, und freue mich, dass du dich für dieses Buch entschieden hast.

Weltpolitisch erleben wir gerade einen Wandel, Viren bringen ein ganzes Land durcheinander, und die Finanzmärkte fangen ihre Achterbahn langsam an. Es gilt, im Vertrauen zu bleiben, positive Visionen zu setzen und sich aus der Angst zu nehmen. Diese Aufgaben sind gemeinsam mit der Unterstützung durch die Geistige Welt viel leichter zu bewältigen, helfen uns aus unseren Mustern und Ängsten.

Ich behaupte nicht, dass plötzlich alles Zuckerwatte ist, nur weil wir mit der Geistigen Welt kommunizieren, aber ihre Energien verleihen uns die Flügel, um auf Kurs zu bleiben. Das ist wichtig!

Belgin hat dir mit ihrem Buch ein Werkzeug an die Hand gegeben, das dir Zugang zur Geistigen Welt verschafft und mit seinen Fallbeispielen liebevoll aufzeigt, dass es immer Auswege aus Misere gibt. Es zieht einen mit einer Leichtigkeit in seinen Bann, wie es nur selten Bücher schaffen. Die Übungen sind ohne großen Schnickschnack in den Alltag integrierbar und laden förmlich dazu ein, gleich umgesetzt zu werden.

Ich mag solche Schatzbücher unglaublich gerne, und verschenke sie noch lieber.

Seit zehn Jahren bin ich als Medium tätig. Im Gegensatz zu Belgin habe ich in meiner Kindheit nicht bereits bewusst Engel oder andere Geistwesen wahrgenommen, sondern bin erst nach einer gründlichen Bauchlandung in meinem Leben bei der Spiritualität angekommen. Und meine Wandlung von der Skeptikerin, über das Esoterikküken zum Medium hat eine ganze Weile gebraucht. Mein Weg war steinig, hat sich aber gelohnt.

Was will ich dir damit sagen? Jeder, wirklich jeder!, kann mit der Geistigen Welt kommunizieren und von ihr Rat und Hilfe erhalten, wenn er mit offenem Herzen an die Sache herangeht. Du darfst gerne skeptisch sein, aber eine gewisse Neugierde und Offenheit sind eine Grundvoraussetzung, um deine eigene Tür zur Geistigen Welt aufzuschließen.

Ich habe es geschafft, Und dann kannst du das auch! Und du hast etwas an der Hand, was ich damals gerne gehabt hätte: die Übungen in diesem Buch.

Ich wünsche dir, liebe Leserin, lieber Leser, viel Freude auf deiner Reise. Denn jeder Weg, der uns der Geistigen Welt näherbringt, ist ein Stück Selbstfindung und Vergangenheitsbewältigung. Wir alle sind auf der Suche nach uns selbst, nach dem Ankommen. Ich bin mir sicher, die nächsten

Kapitel tragen dich ein Stück des Weges auf deiner Reise, mit dem Ziel, herauszufinden, wer du wirklich bist.

Dir, liebe Belgin, wünsche ich, dass du einfach so bleibst, wie du bist, und dein Licht den Menschen Wärme bringt. Mögen diesem Buch noch viele Bücher folgen und du deiner Berufung treu bleiben.

Von Herz zu Herz,  
eure Silke Wagner

Neustadt, im Februar 2020

## *Begrüßung*

Ich freue mich so sehr, dass wir jetzt durch diese Zeilen und dieses Buch miteinander verbunden sind.

Wir werden gemeinsam durch die Geistige Welt reisen, einige Lichtwesen treffen, wundervollen Engelgeschichten und einigen *Trance Healing* Storys lauschen.

Außerdem habe ich effektive, aber einfach durchzuführende Übungen empfangen und aufgeschrieben, die dich mit der Geistigen Welt verbinden können.

Ja – Energiearbeit darf leicht gehen, soll ich ausdrücklich von der Geistigen Welt als Gruß bestellen.

Mein innigster Wunsch ist es, dir die Geistige Welt und ihre Wesen auf eine unkomplizierte Art und Weise vorzustellen.

Die Arbeit mit den Engeln und das *Trance Healing* haben mein ganzes Leben zum Positiven verändert, und ich wünsche dir, dass du mithilfe dieses Buches erfährst, wie unfassbar schön die Geistige Welt ist, und wie sehr wir alle von ihr geliebt werden.

Du brauchst keine Angst vor ihr zu haben, ich habe in all diesen Jahren niemals etwas Angsteinflößendes oder Negatives erlebt, wenn ich zwischen den Welten gewandelt bin und unzähligen Menschen ein *Trance Healing* geben durfte.

Und noch eins kann und darf ich dir garantieren:

Jeder – auch DU –, hat Engel an seiner Seite, die ihn unglaublich lieben und beschützen.

Ich erlebe es jeden Tag, da ich die Engel hellsichtig und hellhörig sehen und hören kann. Mit großer Freude habe ich diesem Buch einfache, aber so mächtige Übungen zugefügt, die mir von der Geistigen Welt für euch durchgegeben wurden, damit auch ihr diese Heilung und Liebe erleben könnt.

Und dabei sind und bleiben die Übungen absolut alltagstauglich.

Alle Übungen erhöhen deine Schwingung und dein Licht, sodass du dich der Geistigen Welt nähern kannst .

Du kannst dich ganz leicht mit deiner wahren Essenz verbinden, weil deine Seele ursprünglich aus der Geistigen Welt stammt und das alles so gut kennt, aber vielleicht vieles vergessen hat.

Wir alle haben mediale Superkräfte, da gibt es nichts Neues zu lernen oder komplizierte Übungen zu absolvieren. Da wir uralte Seelen sind, die Lust hatten, menschliche Erfahrungen in einem Körper zu machen, müssen wir diese Kräfte und Fähigkeiten lediglich neu aktivieren.

Es ist mir eine riesige Freude, dass wir es jetzt gemeinsam angehen

Bist du bereit?

Deine Belgin

## Engel

Botschaft der Engel für dich:

*„Es ist so einfach, uns zu spüren und unsere Hilfe zu erhalten, wenn du dich mit uns verbinden willst. Eine reine, von Herzen gesprochene Absichtserklärung reicht, und wir sind da.*

*Bitte fühle dich würdig und sei es dir wert, um Hilfe zu bitten. Wir sind immer für dich da und wünschen uns, du würdest uns öfter in deinen Alltag mit einbeziehen Rufe uns einfach und vertraue darauf, dass wir neben dir stehen und gehen.*

*Wir haben großen Respekt vor euch und den Veränderungen auf der Erde. Lange Zeit war es nicht klar, ob ihr Menschen es schaffen würdet, in eine neue höhere Dimension einzutreten. Jetzt sind die Würfel gefallen, und ihr habt Großes geleistet, wir sind stolz auf euch und segnen euch dafür.*

*Du bist niemals allein, wir sind immer um dich, und wir lieben dich so sehr. In den nächsten Jahren werden immer mehr Menschen uns nicht nur spüren, sondern auch endlich sehen und hören können. Wir freuen uns darauf!“*

Schon sehr früh konnte ich die Engel und Energien in meiner Umgebung wahrnehmen. Ich war nie allein und sah Lichter und Flügelumrisse und wusste schon als kleines Kind: Das ist mein Schutzengel. Eigentlich dachte ich, dass das jeder sieht und es völlig normal sei, aber wenn ich davon erzählte, hielten mich andere für „fantasiebegabt“, um es mal freundlich auszudrücken.

Als ich älter wurde, kamen Astralreisen dazu. Ich lag abends im Bett, und kurz vor dem Einschlafen fing mein Körper an, von den Füßen aufwärts zu kribbeln und zu schwingen, und nach kurzer Zeit fühlte es sich an, als würde sich mein gesamter Körper auflösen. Ich kann mich erinnern, dass ich ziemlich viel Angst davor hatte, und sich das Ganze sehr merkwürdig anfühlte.

Heute weiß ich, dass das Astralreisen sind und eine bekannte Methode, um auf wundervolle Art zu reisen. Und immer hörte ich dabei meinen Engel zu mir sprechen.

In diesem besonderen Bewusstseinszustand gelang es mir, mich blitzschnell von einem Ort zum anderen zu bewegen. Manchmal flog ich einfach zu irgendwelchen Beduinen, die in der Wüste im Sand saßen und Musik machten. Ich hörte sie trommeln und singen und setzte mich einfach zu ihnen, um zuzuhören.

Für mich haben Engel nichts mit Religion zu tun, da sie älter als jede Religion sind. Sie werden zwar in allen abrahamitischen Religionen (Judentum, Christentum und Islam) erwähnt und namentlich genannt, aber Religionen sind von Menschen geschaffen worden. Engel gab es schon von Anbeginn der Zeiten, und sie wurden von Gott erschaffen, um uns zu lieben, zu schützen und zu begleiten.

Falls du dich jetzt fragst, ob du auch einen Schutzengel hast oder Engel um dich herum sind, kann ich dir versichern, dass auch du mehrere Engel an deiner Seite hast. Du wirst von deinen Engeln unendlich geliebt, gehalten und beschützt.

Sie erzählen mir immer wieder, dass sie uns nachts im Schlaf in astrale Dimensionen begleiten, wo wir geschult und gestärkt werden. Auf diese Art und Weise werden auch immer wieder unsere Schwingungen erhöht. In den nächsten zehn Jahren werden viele von uns ihre Engel sehen und hören, und es wird zu einem wunderschönen Teamwork zwischen Menschen und Engeln kommen.

## **Zeichen von Engeln**

Es gibt ein paar Zeichen der Engel, woran du erkennen kannst, dass du nicht alleine bist und sie gerade um dich herum sind.

Bitte bedenke, dass die Geistige Welt immer subtil arbeitet und die Zeichen oft ganz sanft sind, und wir sie deshalb oft übersehen, wenn wir nicht darin geschult sind.

Die Raumtemperatur wird anders, und dir wird ganz warm oder kalt, da sich die Schwingung im Raum verändert. Oft spürt man an den Füßen oder Beinen einen kalten Luftzug.

Ein Summen oder Fiepen im Ohr, meistens nur auf einer Seite, da sich die hohe Frequenz der Engel deinem Körper, der viel niedriger schwingt, anpassen muss. Manchmal auch ein stechender Schmerz.

Lichterscheinungen, die wir manchmal aus den Augenwinkeln beobachten können.

Plötzliche veränderte Wahrnehmung im Raum. Zum Beispiel hast du plötzlich das Gefühl, du (dein Brustkorb) würdest weiter oder der Raum würde sich ausdehnen.

Ein plötzlich auftretender Duft im Raum, zum Beispiel Lavendel oder Rosenduft.

Etwas streichelt oder zwirbelt uns an den Haaren, oft nur an einer Stelle.

Wir finden Federn an Orten und Stellen, wo eigentlich keine Federn sein können, oder sie liegen immer wieder auf der Straße, und wir laufen daran vorbei, und unser Blick fällt darauf.

Wir träumen von einem Engel, und wenn wir aufwachen, können wir uns daran erinnern.

Wir sehen immer wieder Doppelzahlen wie 11 oder 11.11. Vielleicht schauen wir auf die Uhr, und unser Blick fällt auf die Uhrzeit 12.12 Uhr, oder Ähnliches.

In meiner täglichen Arbeit mit Klienten habe ich fast immer mit Engeln zu tun und bin immer wieder überwältigt von ihrer Schönheit und ihrem Licht. Ich kann ihre Kleider oder Gewänder sehen, und oft haben sie außergewöhnliche Schuhe an. Manchmal kann ich in ihre Augen schauen und bin fasziniert von den Farben und dem Strahlen darin.

Bemerkenswert finde ich im Übrigen die Tatsache, dass unsere Schutzengel uns im Gesicht sehr ähneln, während Erzengel sehr markante Gesichtszüge haben und farbenfroher strahlen.

## *Übungen aus der Geistigen Welt*

### *Ärger loswerden*

Sind wir ganz ehrlich; Wir alle kennen diese Tage, an denen wir uns über andere Menschen oder eine bestimmte Situation ärgern. Wir kommen nicht zur Ruhe. Immer wieder kreisen die Gedanken um diesen Menschen, was er gesagt oder getan hat, oder um diese eine unschöne Situation, und unsere Energie und Schwingung fallen immer mehr ab.

An solch einem Tag bat ich meinen Geistführer und meine hohe geistige Führung um Hilfe – um Hilfe und eine Übung, die meinen Ärger über eine bestimmte Person auflösen möge.

Als ich mich in Ruhe hinsetzte und die Augen schloss, spürte ich bereits die Präsenz meines Geistführers. Ich bekam eine, wie ich finde, geniale Übung übermittelt, die sehr schnell wirkt und die ich dir gerne weitergeben möchte. Probiere sie aus, du wirst staunen.

*Immer wenn du dich innerlich über andere ärgerst oder dich dabei ertappst, jemanden im Geiste mit Vorwürfen zu überschütten, halte inne.*

*Atme dreimal tief ein und aus. Durch die Nase tief ein, und durch den Mund laut aus. Jetzt stellst du dir bildlich vor, wie ein Engel mit einem großen gläsernen Staubsauger aus deinem Oberkörper eine schwarze Masse (Wut und/oder Ärger) herauszieht und in die Erde abgibt.*

*Dann atmest du noch einmal tief ein und aus. Dein Engel setzt den Staubsauger nochmal an deinem Oberkörper an. Du siehst (stellst dir vor), wie diese eine schwarze Masse aus deinem Körper herausgezogen und in die Erde abgegeben wird, und nimmst vor deinem geistigen Auge wahr, wie sie in der Erde komplett verschwindet.*

*Beim dritten und letzten Durchlauf stellst du dir vor, wie der gläserne Staubsauger, in der Hand deines Engels, jetzt strahlend weißes Licht in deinen Oberkörper hineinpusht. Einatmen und ausatmen. Dieses wunderschöne Licht verteilt sich und zirkuliert in deinem ganzen Körper. Alle deine Zellen sind erfüllt von diesem glitzernden weißen Licht.*

*Am besten machst du drei Durchläufe, und du wirst die Wirkung sofort danach spüren. Bedanke dich bei deinem Engel und atme durch. In hartnäckigen Fällen immer wieder wiederholen. Drei Durchläufe, und du wirst spüren, wie sich deine Schwingung anhebt und sich der Ärger wandelt.*

## **Zum Schluss**

Jeder, wirklich jeder! kann einen Kontakt zu Engeln herstellen. Die meisten tun es in ihren Träumen, wenn sie nachts in andere Dimensionen reisen. Wir leben in einer Zeitqualität, die es immer mehr Menschen ermöglicht, sich mit der Geistigen Welt zu verbinden. In wenigen Jahren werden sehr viele Menschen Engel, Feen und andere Naturwesen nicht nur sehen, sondern auch hören und sich mit ihnen unterhalten können. Sie werden einfach für unsere physischen Augen sichtbar sein, denn sie sind ja bereits jetzt schon ständig um uns. Durch ihre hohe Schwingungsfrequenz sind sie allerdings für die meisten Menschen noch unsichtbar.

Wenn du, so wie ich, Engel liebst, dann habe ich noch ein paar Tipps, wie du mehr Engel in dein Leben einladen und einen besseren Kontakt zu ihnen herstellen kannst.

Als Erstes bitte die Engel in dein Leben, immer und immer wieder. In deine Wohnung, dein Auto, an deine Arbeitsstelle, an deinen Tisch, und auch, wenn du verreist. Sprich mit ihnen, indem du zum Beispiel sagst: „Liebe Engel, ich fahre heute in Urlaub, bitte nehmt Platz auf meinem Beifahrersitz und beschützt mich, bis ich sicher, heil und gutgelaunt ankomme. Bleibt auch während meiner gesamten Urlaubszeit bei mir, sodass ich den schönsten Urlaub meines Lebens habe. Danke!“

Engel freuen sich unglaublich, wenn sie von uns Menschen angesprochen und einen Auftrag bekommen, denn sonst hängen sie ziemlich arbeitslos herum und langweilen sich .

Im Ernst, ich sah schon gährende Engel neben Menschen, weil sie so selten um etwas gebeten werden.

Eine weitere Möglichkeit, gute Energien aufzubauen, wäre, in deiner Wohnung oder an deiner Arbeitsstelle eine Art Altar für Engel herzurichten. Das kann einer kleiner Beistelltisch, eine Fensterbank, ein Nachttisch oder ein Regal sein. Stell dir dort eine Engelfigur, Edelsteine und eine kleine Kerze hin. Ich habe eine Schale auf meiner Küchenanrichte mit verschiedenen Engeln stehen, und im Wohnzimmer meine Fensterbank zur Engelzone erklärt. Dort steht neben den Engeln auch ein Glas mit unterschiedlichsten Federn, die mich überall auf der Welt magisch finden. Immer wenn mein Blick auf diese Engelplätze fällt, erinnere ich mich an die hohe Energie und Liebe, die von den Engeln ausgeht.

Auf meiner Fensterbank stehen auch immer weiße oder silberne Kerzen, die ich mit einem kleinen Gruß an die Engel anzünde. Für mich haben Kerzen etwas Magisches, und ich weiß, Engel lieben sie. Allein solch ein kleines Ritual erhöht sofort die Schwingung im Raum. Und je höher deine Schwingung ist, umso leichter haben es die Engel, zu dir durchzudringen. Dann kannst du



sie spüren, hören und sehen. Deshalb ist alles, was deine Frequenz und die Schwingung des Raums (in dem du dich befindest) erhöht, so wichtig.

Es gibt so viele Möglichkeiten, die Engel in dein Leben zu rufen und sich mit ihnen zu verbinden. Egal, ob in deiner Wohnung, an deiner Arbeitsstelle – und in der Natur unter freiem Himmel sowieso. Sie wollen und können uns helfen, unsere Träume und Wünsche wahr werden zu lassen, wenn wir sie nur darum bitten, an unserem Leben teilzunehmen, und dann entscheiden, ihre Hilfe anzunehmen.

Ich möchte mir mein Leben ohne die Unterstützung meiner Engel gar nicht vorstellen und habe schon unzählige Wunder erlebt.

Mögest auch du die Verbindung zu deinen Engeln wieder mehr in deinem Alltag erleben und diese unendliche Liebe spüren, die für dich da ist. Engeln ist es völlig egal, wie du aussiehst, was du anhast, wieviel Geld du hast oder wieviel du wiegst. Das interessiert nur Menschen. Engel interessiert deine Frequenz, deine Ausstrahlung und was du fühlst.

Ich soll dir versichern: Du wirst unendlich geliebt. Dafür musst du nicht kämpfen, etwas leisten oder dich anstrengen. Egal, was du tust, oder nicht tust, du wirst von Engeln unfassbar geliebt, gehalten und beschützt. Immer! Und für immer!