

Wie die  
*Engel*  
in mein Leben kamen



AMARITA SOL

**V**or ungefähr 15 Jahren ging ich ganz spontan zu einer Vernissage. Die Bilder der Künstlerin Amarata Sol gefielen mir gut und wir kamen miteinander ins Gespräch. Die Verbindung zu ihr war vom ersten Augenblick an so innig, dass wir noch Zeit miteinander verbrachten, als alle anderen Besucher bereits gegangen waren. Da wurde es spannend, denn sie öffnete ihre Schubladen und zeigte mir die Schätze, die im Verborgenen ruhten. Ich war fasziniert und tief beeindruckt zugleich, doch ich wusste nicht, was diese dynamischen, bunten Bilder darstellen sollten. Da ich meine Augen nicht von den Bildern abwenden konnte, gab mir Amarata Sol einige der zahlreichen, magischen Bilder mit, obwohl wir uns erst am Nachmittag kennengelernt hatten.

Am nächsten Morgen setzte ich mich in mein Meditationszimmer, wählte ein Bild aus und betrachtete es. Dann schloss ich meine Augen, atmete ruhig und entspannte mich. Vor meinem inneren Auge sah ich nun genau das Bild, das vor mir lag. Ich spürte in die Farben hinein, in die Formen und in all das, was dazwischen war. Nach kurzer Zeit vernahm ich ein leises Wispern. Ich lauschte dem Flüstern und es wurde deutlicher. Ich war sehr erstaunt, denn nun hörte ich Worte voller Poesie. Es waren Gedanken und Gedichte, die nicht von mir stammten.

Schließlich schrieb ich auf, was ich hörte und erkannte, dass es Engel waren, die mir ihre Botschaften überbrachten. Es war ein wunderbar magischer Moment, ein erhebendes und beglückendes Gefühl. Mein Herz öffnet sich auch jetzt, während ich

## Was ich aus dieser Begegnung gelernt habe, ist Folgendes:

- Ich kann meinen spontanen Impulsen vertrauen. Die Malerin und ihre Bilder hätte ich sonst nicht kennengelernt.
- Engel umgeben uns. Mit ihren feinen Energien leiten sie uns.
- Wunder geschehen, wenn wir den subtilen Engel-Impulsen folgen. Sie führen uns zu unserer Lebensaufgabe.

Eine schöne Meditation für die im Heft beigefügten Engel-Karten finden Sie auf den nächsten beiden Seiten --->

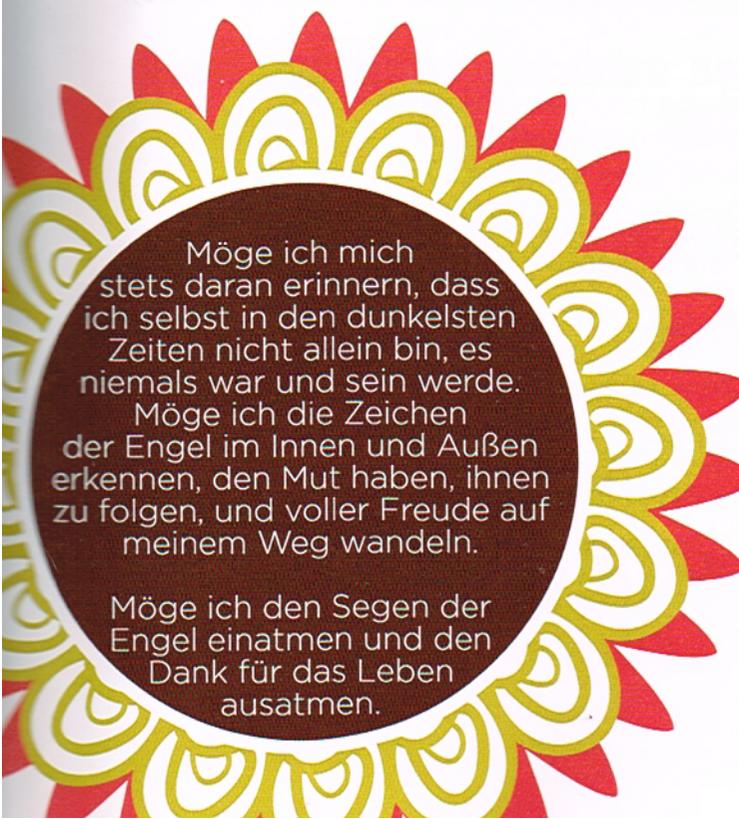
Text: Jutta Westphalen - Autorin, Diplom Pädagogin und anerkannte Heilerin (DGH). Sie hat eine Praxis für ganzheitliche Lebensberatung und Persönlichkeitsentwicklung in Hamburg; [www.jutta-westphalen.de](http://www.jutta-westphalen.de)

Bisher erschienene Titel von Jutta Westphalen:

„Das Seelenvogel-Geflüster“, Ch. Falk Verlag, ca. 25,00 €  
Neuerscheinung im April 2015:

„Hilfe zur Selbsthilfe. Emotionale Krisen meistern“, Via Nova Verlag, ca. 14,95 €

Engelbilder: Die Künstlerin Amarata Sol studierte Illustration an der Fachhochschule für Gestaltung in Hamburg. Seitdem ist sie als freischaffende Künstlerin tätig. Sie hatte zahlreiche Ausstellungen in Deutschland und Gambia; Kontakt: [hildekroeger@yahoo.de](mailto:hildekroeger@yahoo.de)



Möge ich mich stets daran erinnern, dass ich selbst in den dunkelsten Zeiten nicht allein bin, es niemals war und sein werde.  
Möge ich die Zeichen der Engel im Innen und Außen erkennen, den Mut haben, ihnen zu folgen, und voller Freude auf meinem Weg wandeln.

Möge ich den Segen der Engel einatmen und den Dank für das Leben ausatmen.

# Lauschen Sie dem Flüstern der *Engel*

Engel helfen Ihnen dabei, Ihren Lebenssinn zu erfüllen und sind in allen Kulturen bekannt. Ihre Aufgabe ist es, Botschaften zu überbringen und der Welt Harmonie zu schenken. Sie begleiten die Menschen als Schutzengel und Lichtwesen, als Engel des Vertrauens, Boten der bedingungslosen Liebe oder Heilungsengel.

Engel unterstützen Sie in Ihrem persönlichen Wachstum, sprechen direkt zu Ihrer Seele und öffnen Ihr Herz. Auch wenn Sie die Engel meistens nicht bemerken, weil sie keinen physischen, sondern einen filigranen Körper aus Licht besitzen, nehmen sie auf zarten und kreativen Wegen Kontakt mit Ihnen auf. Sobald Engel anwesend sind, hebt sich Ihre Stimmung und die Atmosphäre im Raum verändert sich positiv, denn sie bringen frische Schwingungen in alle Lebensbereiche. Die zarte Engelenenergie reinigt, schützt, inspiriert, segnet und heilt.

Von insgesamt sieben Engelbildern und Botschaften finden nun vier den Weg in Ihr Leben, um Sie zu segnen (eine schöne Engelmeditation finden Sie auf der nächsten Seite).

**Am besten Sie nutzen die Karten zunächst intuitiv. Dabei können Sie nichts falsch machen.**

- \* Vertrauen Sie Ihrem Gefühl. Wählen Sie eines der Bilder aus und lassen Sie den heilsamen Engel und seine Botschaft auf Sie wirken.
- \* Dann können Sie nach der Anleitung meditieren.
- \* Die Engel sind auch gute Rat- und Impulsgeber.
- \* Stellen Sie eine Frage, ziehen Sie mit geschlossenen Augen eine Karte und tragen Sie die Antwort in Ihrem Herzen. Sie wird Ihnen den Weg weisen. --->

# Engel- meditation

Sorge dafür, dass du eine ungestörte Zeit für dich hast und mach es dir bequem. Atme all deine Eindrücke und Gedanken einfach aus und spüre, wie du dich innerlich leichter fühlst und dein Körper beginnt, sich zu entspannen ...

Stell dir vor, du begibst dich von hier aus direkt ans Meer und gehst barfuß am Strand entlang. Es ist angenehm warm und mit jedem Schritt, den du machst, treten deine alltäglichen Erfahrungen ein bisschen mehr in den Hintergrund, bis du beginnst, diese Zeit zu genießen.

Und nun siehst du, wie ein wunderschöner Engel auf dich zuschreitet. Du kannst es kaum glauben, aber dieses Lichtwesen ist dir seltsam vertraut, wie ein alter Freund, den du lange nicht gesehen hast. Ihr begrüßt euch herzlich und verbringt nun die nächste Zeit hier am Strand miteinander. Öffne dein Herz für das, was jetzt geschieht ...

## Nach circa 5 Minuten:

Bald ist es an der Zeit, dass du dich von dem Engelwesen wieder verabschiedest. Aber zuvor wird es dir noch einen Herzenswunsch erfüllen.

Lass diesen Wunsch nun aus deinem Herzen in dir aufsteigen. Forme in der Realität mit deinen Händen eine Schale und halte sie vor dein Herz. Denke beim Einatmen an deinen Wunsch. Und stell dir vor, dass du ihn mit dem Ausatmen in die Schale vor deinem Herzen legst ... Wiederhole dies ein paar Mal.

Nun überreichst du dem Engel deinen Wunsch und siehst, wie er ihn in sein Herz hineinnimmt. Dabei lächelt er sanft und versichert dir, dass er alles tun wird, damit er in Erfüllung geht. Du bedankst dich liebevoll bei dem Engelwesen und begibst dich auf deinen Rückweg. Du gehst beschwingt den Strand entlang und kommst ganz sachte wieder hier, in diesem Raum an.

Du beginnst deinen Körper wieder zu fühlen und lässt die Augen noch so lange geschlossen, bis du die Meditation beenden möchtest.\*