



Silke Wagner

***Wenn die Seele
zum Diktat ruft***

**Smaragd**

Silke Wagner

Wenn die Seele zum Diktat ruft

Smaragd Verlag

Bitte fordern Sie unser kostenloses Verlagsverzeichnis an:

Smaragd Verlag e.K.

Neuwieder Straße 2

D-56269 Dierdorf

Tel.: 02689-92259-10

Fax: 02689-92259-20

E-Mail: info@smaragd-verlag.de

www.smaragd-verlag.de

Oder besuchen Sie uns im Internet unter der obigen Adresse und melden Sie sich für unseren Newsletter an.

© Smaragd Verlag, 56269 Dierdorf

Erste Auflage: Januar 2017

© Cover: Tom Klimmeck - Fotolia

Umschlaggestaltung: preData

Satz: preData

Printed in Czech Republic

ISBN (epub) 978-3-7450-7761-2

Der Inhalt dieses E-Books ist urheberrechtlich geschützt und enthält technische Sicherungsmaßnahmen gegen unbefugte Nutzung. Die Entfernung dieser Sicherung sowie die Nutzung durch unbefugte Verarbeitung, Vervielfältigung, Verbreitung oder öffentliche Zugänglichmachung, insbesondere in elektronischer Form, ist untersagt und kann straf- und zivilrechtliche Sanktionen nach sich ziehen.

Sollte dieses E-Book Links auf Webseiten Dritter enthalten, übernehmen wir für deren Inhalt keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung dieses E-Books verweisen.

Widmung

Für meine Mama

Danke für alles.

Ich durfte vieles aus unserer Beziehung lernen
und finde es spannend,
dass wir uns gerade völlig neu kennenlernen.

Ich habe so vieles durch dich lernen dürfen,
und DU darfst durch mich eintauchen in die Spiritualität.

Das ist ein großes Geschenk für uns beide.

Ich danke dir, dass gerade DU meine Mama bist,
dass DU mich geboren hast,
dass DU unsere Seelenverträge mit mir erfüllst,
auch wenn es nicht immer leicht ist.

Ich liebe dich, Mama.

Vorwort

Manche Bücher führen ein Eigenleben. Sie drängen sich regelrecht auf, und man weiß nicht wirklich WARUM.

Ich hatte zwei Buchprojekte fest mit dem Verlag abgesprochen und war beim Schreiben. Doch ständig drängte sich der Satz in mir auf: *Wenn die Seele zum Diktat ruft*. Am Anfang ignorierte ich ihn noch, bis ich es endlich verstand: Dieses Buchprojekt, das Sie in diesem Moment in Händen halten, wollte geboren werden.

Ich sehe schon Ihr skeptisches Gesicht vor mir und kann es Ihnen nicht verdenken. Vielleicht fragen Sie sich: „Breitet sie jetzt etwa ihr Seelenleben vor uns aus? So ein Seelen-Striptease vertrage ich nicht.“ Da haben Sie Recht, da können Sie sich eine Biographie von einem Star kaufen, haben Unterhaltung pur und können beim nächsten Kaffeeklatsch Amüsantes daraus erzählen. Meine nächste Frage war: „Was sagen meine lieben Mädels vom Verlag dazu, wenn ihnen etwas ganz anderes ins Haus schneit?“ Sie sehen, auch ein Autor zu sein, ist nicht immer einfach.

Ich hoffe, Sie jetzt nicht zu enttäuschen, aber die Hosen runterzulassen und meine ungeschminkte, langweilige Lebensgeschichte aufzuschreiben, würde mich beim Schreiben wahrscheinlich zum Einschlafen bringen und mir nur zwei Leser bescheren, die eh alles ganz anders wahrgenommen haben und noch Anekdoten obendrauf setzen könnten: meine Eltern. Das will ich aber weder Ihnen, noch meinen geliebten Eltern zumuten.

In mir brodelte es, und ich brauchte einen ganzen Urlaub im Allgäu, um zu beschließen, meiner inneren Stimme Gehör zu schenken und dem Titel Raum zu geben.

Was ist Seele überhaupt? Eine Erfindung der Kirche, die um das Seelenheil ihrer Schäfchen besorgt ist? Oder hatten die gebildeten Kirchenleute vor Hunderten von Jahren einfach etwas einem Namen gegeben, das in uns allen schwingt? Wir verwenden den Begriff Seele so oft – ja, auch Menschen, die sich nicht spirituell nennen, benutzen ihn im Alltag. Wellness für Körper und Seele – damit wirbt zum Beispiel eine große

Wellness-Oase im Radio.

Wenn die Seele jedes Einzelnen wirklich allwissend ist, ihren Seelenplan auf der Erde kennt, warum verlieren wir dann den Zugang zu uns selbst? Warum fühlen wir uns dann so oft leer, fragen uns, warum wir in einer Situation feststecken oder überhaupt leben?

Wären wir glücklicher, wenn wir besser an unsere Seele angebunden wären?

Stopp, wäre ich als Medium dann arbeitslos? Ich sag Ihnen, das ist mir herzlich egal. Das Schreibfieber hat mich gepackt.

Ich bin gespannt, ob meine Seele aus dem Nähkästchen plaudern möchte oder ich Übungen an die Hand bekomme. Irgendetwas müssen „die da oben“ sich ja bei der Eingebung gedacht haben, oder? Ähm, oder war das meine Seele? Ich sehe schon, ich habe Klärungsbedarf. Sie auch? Dann, meine vertrauten Leserinnen und Leser wissen das schon, lasst uns im Folgenden die Du-Form benutzen. Es wird wahrscheinlich sehr persönlich.

Also, ich bin die Silke und habe leider eine SCS (Schokoladen-Cappuccino-Schwäche). So, gleich im Vorwort eine höchst intime Beichte abgelegt und mir das damit für den Rest dieses Buches gespart.

Herzlichst,
deine Silke

Hinweis zum Buch oder Liebe Leserinnen und Leser

Die Welt ist bunt, und jeder darf und soll eine EIGENE Meinung haben. Ich kann in meinen Büchern nur meine Wahrnehmungen schildern und meine Meinung vertreten. Spüre bitte sorgfältig in dich hinein und schau, wie sich die Dinge für DICH anfühlen.

Nimm dir einfach das heraus, was mit dir in Resonanz geht.

An die Leserinnen und Leser meiner vorherigen Bücher:

Ich entschuldige mich, wenn sich irgendetwas wiederholen sollte. Wenn ich aber auf das entsprechende Buch und die Übung verweise, fehlt einigen Neueinsteigern vielleicht ein Puzzleteilchen.

Und wiederholen soll ja nicht wirklich schaden, oder?

Alle Übungen in diesem Buch habe ich nicht nur an mir erprobt, sondern auch in den verschiedenen Workshops zu diesem Thema.

Hab Geduld beim Ausprobieren, Sorge für die nötige Ruhe und gehe mit Freude daran. Du wirst sehen, alles funktioniert wunderbar!

Es gibt zahlreiche Methoden, um seinen Kanal zur Geistigen Welt zu öffnen, ich habe in meinen bisherigen Büchern einige davon beschrieben. Ich bin mir sicher, du hast auch deine eigenen Methoden. Sollte dir aber keine geläufig sein, wiederhole ich im Folgenden meine Lieblingsöffnung.

Absenkung der Hirnfrequenz

Die Frequenz des Hirns wird in Hertz gemessen. Das Gehirn verändert die Zustände des Gehirns selbstständig tausende Male an einem Tag. Es gibt folgende fünf Frequenzen:

- *Gamma (100 – 38 Hertz = Schwingungen/Sekunde)*
- *Beta (38 – 15 Hertz)*
- *Alpha (14 – 8 Hertz)*
- *Theta (7 – 4 Hertz)*
- *Delta (3 – 0,5 Hertz)*

Im sogenannten Theta-Zustand haben wir am leichtesten Zugang zur Geistigen Welt. Es ist also sinnvoll, die Hirnfrequenz auf 5 – 7 Hertz abzusinken.

Das geht einfach durch Ansprache. Wir können mit allen Körperteilen kommunizieren, so auch mit unserem Gehirn. Energie folgt immer der Aufmerksamkeit. Dieses einfache Gesetz hilft uns auch hier.

Schließe deine Augen und atme einige Male ganz entspannt durch. Bitte jetzt dein Hirn, sich langsam auf 38 Hertz einzupendeln. Warte einen Moment ab und gehe dann tiefer auf 30 Hertz. Mache nach jeder Absenkung eine kleine Pause und gehe in 5er Schritten vor, bis du auf 15 Hertz bist.

Das heißt:

30 Hertz,

25 Hertz,

20 Hertz,

15 Hertz.

Bei 15 Hertz angekommen, atmest du nicht nur durch, sondern nimmst

dir einen Moment Zeit, um hineinzuspüren.

Gehe jetzt tiefer auf

12 Hertz,

10 Hertz,

9 Hertz,

7 Hertz.

Schau, ob du noch runter auf 6 oder 5 Hertz möchtest. Wenn du zu müde wirst, gehe lieber wieder eine Frequenz hoch.

Hast du den Theta-Zustand erreicht, dann stell dir vor, wie ein goldener Trichter über deinem Kopf schwebt und dich eng mit der Geistigen Welt verbindet.

Das klingt viel komplizierter, als es ist, und es ist sehr effektiv. Viel Freude beim Testen!

Übrigens:

Für alle, die Einschlafprobleme haben, einfach die Hirnfrequenz noch tiefer auf den Delta-Zustand setzen.

Keine Angst: Das Gehirn setzt sich automatisch wieder hoch...
