

# Gratis E-Book

## Leren Samenwerken met Engelen, Gidsen en Spirits

En hoe ze ons met alles in ons leven kunnen helpen!

Inleiding

Samenwerken met Engelen. Ben jij iemand die gelooft dat er meer is tussen hemel en aarde? Ben jij weleens door het oog van de naald gekropen? Je was bijna dood, maar je had het gevoel geholpen te zijn door een beschermengel, een engeltje op je schouder? Heb jij weleens het gevoel gehad (vaak is dat achteraf hè) dat je werd geholpen, geleid of gestuurd? Je doet iets en achteraf blijkt dat het helemaal goed was.

Herken je dat?

Luister je weleens naar je *onderbuikgevoel* of gebruik je weleens je *intuïtie*? Luister je weleens naar je eigen *innerlijke stem*, of *weet je opeens zomaar iets*? Heb jij weleens *wat gewenst* wat ook zomaar uitkwam? Of heb je weleens een *vraag gesteld* naar 'boven' en kreeg je daar ook zomaar een *antwoord* op? Heb je in de *supermarkt* weleens *het gevoel gehad* dat je iets moest meenemen wat niet op je lijstje stond en je ook niet van plan was om mee te nemen? Heb je gemerkt toen je dacht: 'ach laat ook maar' dat je het een paar dagen later opeens heel hard nodig had.....

Onze Engelen, Gidsen en Spirits zijn continu achter de schermen voor ons aan het werk!

Heb je weleens een Engel of een verschijning gezien? Of gevoeld? Of gehoord?

Als je ze (nog) niet ziet, voelt of hoort betekent dat niet dat ze er niet zijn. Iedereen, niemand uitgezonderd, heeft Engelen, Gidsen en Spirits bij zich. Ze zijn oneindig liefdevol, begripvol, meelevend, wijs en krachtig. Ze staan te trappelen om je bij alles in je leven te helpen. Maar... dan moet je ze wel eerst echt vragen! Dat vragen hoeft niet hardop, dat mag ook in gedachten, omdat ze alles toch al van je weten. Het is wel belangrijk dat je hen vraagt wat je *wèl* wilt en NIET wat je *niet* meer wilt. Dit is het begin van samenwerken met je Engelen.

Iedereen kan samenwerken met Engelen. Er zijn mensen die van zichzelf zeggen dat ze paranormaal begaafd zijn, maar in feite zijn we allemaal paranormaal begaafd! Het *is geen* speciale gave, geen uniek talent waarmee je zogenaamd geboren bent. Mensen die dat denken of zeggen zitten op dat moment nog net iets te veel in hun ego. Ze kunnen nog niet zien dat we allemaal hetzelfde zijn.

Ieder mens is enerzijds een uniek wezen, anderzijds zijn we vanuit onze bewustzijnsenergie allemaal gelijk en allemaal afkomstig van het Goddelijke. Niemand is meer, niemand is

minder. Daarom vind ik de speciale groet 'Namasté' ook altijd zo mooi, het betekent 'de Goddelijkheid in mij groet de Goddelijkheid in jou'! Of wat ik ook mooi vind is: 'In lakech', het betekent 'ik ben een andere jij'.

Hoe je ook maar denkt dat God is.... Voor de één is God simpelweg energie, anderen zeggen God is *in* ons allemaal, en weer anderen noemen het de Schepper of de Bron van waaruit alles is ontstaan. Voor weer een ander is God Liefde, of is God zoals je geleerd hebt in de kerk. Of misschien is het wel die man in dat witte pak met die lange baard. Of misschien is God wel een vrouw? En er zijn natuurlijk ook mensen die zeggen: "God??? Geen idee, nog nooit over nagedacht!!!" Hoe je ook denkt dat God moge zijn, het maakt niet uit. Als we alles zoals we het allemaal zien, gewoon met z'n allen 'God' noemen, dan praten we in feite allemaal over hetzelfde. Dan kunnen we misschien ook stoppen daar oorlogen en conflicten over te hebben. Immers niemand weet alles, niemand weet hoe alles ècht allemaal precies in elkaar zit.

*Voor mij is God het AL WAT IS...*

Die totale bewustzijnsenergie van het grote geheel. Die oneindige, grootse bewustzijnsenergie die door alle vormen heen schijnt. Het schijnt wel door alle vormen heen, maar het heeft zich daardoor nooit afgesplitst, afgescheiden of gefragmenteerd. Het is nog steeds dat ene oneindige grootse geheel, die totale liefde, dat totale licht. Niet alleen is vanuit die totale bewustzijnsenergie alles en iedereen één en verbonden en zijn wij als mensen dus ook allemaal één en verbonden met alles. We ZIJN ook het alles. Ieder van ons is ook dat grote geheel. Als God dan het AL WAT IS is, dan zijn we dus ook allemaal God.

Als we het nog zien vanuit dat we een eigen ziel zijn, dan is er al weer afgescheidenheid. Vanuit de 3<sup>e</sup> dimensie kunnen we het alleen maar zien vanuit dat we een eigen ziel zijn. Maar nu er meer bewustzijn en helderheid aan het komen is, kunnen we zien dat we altijd al dat grote geheel geweest zijn. Dat we die totale bewustzijnsenergie nooit verlaten hebben. Dat die totale bewustzijnsenergie ook door onze vorm heen schijnt.

### Hoofdstuk 1. Het waarom

*De Engelen staan te trappelen om ons te helpen bij àlle dagelijkse dingen in ons leven!*

Van hele grote dingen, tot de allerkleinste dingen. Van het vinden van een relatie, woonplek, het helpen bij een goede gezondheid tot het vinden van een parkeerplek, een leuk cadeau voor iemand en ga zo maar door.

*Waarom willen de Engelen ons zo graag bij alles helpen?*

Omdat ze weten dat als zij alle dagelijkse dingen gemakkelijker voor ons kunnen maken, dat wij dan meer tijd en energie overhouden, om ons bezig te houden met waar wij werkelijk voor op aarde zijn gekomen.

*Wat is het, waarvoor we werkelijk op aarde zijn gekomen*

Zoals ik dat zie, zijn we hier gekomen om ons weer te herinneren dat we niet het mensstuk

zijn, maar dat we in werkelijkheid dat grootse, oneindige bewustzijn van het AL WAT IS zijn. Dat herinneren is alles waar het om draait. Dat we daar weer naar terug kunnen, dat we dat weer kunnen ervaren; hoe het is om vandaaruit te kunnen leven en zijn.

#### *Ons ziele doel*

Als we in dat bewustzijn steeds meer kunnen zijn, dan kan er zomaar iets door ons heen gaan ontstaan. Misschien is dat wat we een ziele doel kunnen noemen. Maar om dat vanuit volledige vrijheid door ons heen te kunnen laten ontstaan, zonder dat we van alles willen bereiken, presteren, manifesteren, mogen we eerst waarlijk gaan zien en ervaren dat we alleen maar hoeven te zijn. Dat alles in feite altijd al heel en compleet is. Dat we niks hoeven. Niks hoeven te veranderen. Dat zijn altijd al genoeg is.

Dus dat is waarom de Engelen ons op allerlei mogelijke manieren willen helpen; opdat wij met hun hulp bij alle dagelijkse dingen, dit hele ontwakingsproces zo gemakkelijk mogelijk kunnen doorlopen.

#### *Heb je niks met Engelen, Gidsen of Spirits...*

Vervang dan gewoon overal het woord Engelen door Universum, dan leert dit boek je samen te werken met het Universum. Want waarom zou je alles alleen moeten doen, waarom zou je alles op eigen kracht moeten doen? Als je ook de hulp van de Engelen, Gidsen, Spirits of het universum kunt invoeren? Je hoeft er alleen maar voor open willen staan. Je hoeft alleen maar bereidwillig te zijn. Ze staan te trappelen om ons te helpen.

#### *Engelen kunnen bij iedereen tegelijk zijn*

Ze bestaan uit een hele hoge vorm van bewustzijnsenergie en kunnen van alle mensen zich tegelijkertijd bewust zijn. En daarom bij iedereen tegelijk zijn. Energie is overal. Wij kunnen dat niet begrijpen, het is de beperking van onze mind dat we dat niet volledig kunnen bevatten. Maar je hoeft dus nooit bang te zijn dat je ze met je kleinere vragen van belangrijke taken afhoudt, zoals bv het healen van zieke mensen. Ze kunnen simpelweg alles tegelijk.

#### *Onze persoonlijke Engelen.*

We hebben allemaal meerdere Engelen bij ons, maar iedereen heeft sowieso minimaal twee eigen, persoonlijke Engelen bij zich. Deze persoonlijke Engelen zijn altijd, altijd heel dichtbij je. Ze kijken geen moment van je zijde. Waar jij gaat, gaan zij ook. Iedere centimeter die jij naar links of naar rechts beweegt, bewegen zij met je mee. Je bent dus nooit alleen. Ze weten alles van je, alles van je verleden, heden en toekomst. Ze zijn vanaf het moment van conceptie tot het moment dat je overgaat naar gene zijde bij je. Daarnaast krijgen we er in bepaalde fases/situaties van ons leven nog weer een engel bij. Zo krijgen kinderen die naar de brugklas gaan er bijvoorbeeld altijd een extra engel bij, en als je een relatie krijgt dan komt er ook weer een andere engel bij je, of als je een heftige ziekte doormaakt of een dierbaar iemand verliest, en ga zo maar door.

*Niet alleen jouw eigen Engelen maar alle Engelen weten alles van je.*

Alles van je verleden, heden en toekomst. Dat komt omdat ze het totale overzicht hebben. Alles is energie. Dus alles wordt in de energie als een energie indruk opgeslagen. En de Engelen staan met dat alles in verbinding. Ze weten dus alles al, wat je dwars zit, wat jij graag zou willen, wat steeds maar niet lukt... Vraag ze dus gerust om je te helpen.

*Wat is het verschil tussen Engelen en Gidsen en andere Spirits?*

- \* Engelen: zijn Spirits die nog nooit op aarde geweest, ze kennen geen karma, ze zijn nooit mens geweest. (Op een paar uitzonderingen na). Het zijn hele liefdevolle zielen die ons vanuit het universum heel graag met àlles willen bijstaan. Engelen worden ook wel de boodschappers van God genoemd, ze zijn er voor ons allemaal! Ze zijn niet gebonden aan welke religie dan ook.
- \* Gidsen: zijn Spirits die wel ooit 'mens op aarde' zijn geweest, dat kunnen (hoeft niet) mensen zijn die we in dit leven, òf in een vorig leven gekend hebben. Zo heeft iedereen zijn/haar eigen zielengroep van zeg ongeveer 60 à 90 mensen om zich heen. Het ene deel van die zielengroep is hier levend op aarde. Dat kunnen bv familieleden zijn, of gezinsleden of hele goede vrienden of vriendinnen waar je echt een klik mee hebt, of partners. Het andere deel van jouw zielengroep is 'boven' / in de spiritwereld /overleden en zij zijn als Gidsen om je heen om jou hier op aarde te helpen.
- \* Spirits: is eigenlijk een verzamel term van alle Spirits die aan gene zijde zijn, aan de overkant, in wat we de hemel noemen. Dat kunnen hele 'gewone' mensen zijn maar ook heiligen (zoals bijvoorbeeld Jezus), opgestegen meesters (zoals bijvoorbeeld Boeddha), andere goden en godinnen (zoals bijvoorbeeld Kwan Yin), boeddhistische meesters, sjamanen, en ga zo maar door.

Al die Engelen, Gidsen en Spirits kunnen we allemaal aanroepen voor hulp en informatie. Als mijn dochter een moeilijke toets van wiskunde moest maken, zei ik altijd: "roep een wiskundige aan die 'daarboven' is. En vraag of die je wil helpen!" Dat werkte altijd heel mooi.

Ik schrijf 'boven' tussen aanhalingstekens, omdat er eigenlijk geen boven of beneden is. Alles is altijd al om ons heen, alles is altijd al één. Er zit nog niet eens een sluier tussen. Dat *denken* wij alleen maar.

Voor het gemak noem ik soms alleen de 'Engelen', maar in de meeste dingen geldt hetzelfde voor Gidsen en andere Spirits.

*Engelen zijn oneindig liefdevol, begripvol, meelevend, wijs en krachtig*

Ze oordelen nooit omdat ze één en al licht en liefde zijn. Ze willen in àlles met ons samenwerken: als we healing nodig hebben of als we healing willen geven aan anderen. Als wij of andere mensen inzichten, antwoorden of informatie nodig hebben. Ze willen ons

graag helpen opdat wij, net als zij, vanuit de liefde, kracht, grootsheid, vertrouwen, gemak en moeiteloosheid van ons bewustzijn kunnen zijn.

### *Er gaat een wereld voor je open*

Er gaat een wereld voor je open als je echt begint te merken hoe vaak je geholpen wordt door de Engelen, Gidsen en Spirits! Als je begint te zien hoeveel tekenen en signalen je krijgt. Je gaat zien dat het leven één prachtige puzzel is, waarvan alle stukjes precies in elkaar passen. Je gaat zien dat toeval geen toeval is, maar dat op het juiste moment de juiste deuren voor je open gaan, de juiste mensen op je pad komen, de juiste dingen gebeuren, je de juiste tekenen en signalen gegeven worden, om je verder te helpen. Net zoals het geen toeval is dat jij dit hier leest. Jij bent er klaar voor dit stukje te gaan leren of te gaan verdiepen en je bent door de Engelen hier naar toe geleid. Door dit allemaal meer en meer te gaan zien, wordt het rustiger bij je van binnen, want je merkt dat je meer kunt gaan vertrouwen; dat het allemaal gaat zoals het gaat. Je kunt makkelijker dingen loslaten en overlaten aan de Engelen. Je hoeft je niet meer overal zo druk over te maken, zoals wij mensen vaak geneigd zijn te doen. Je kunt meer informatie en kennis krijgen, die je in het moment nodig hebt. Je kunt hulp krijgen bij relaties, gezondheid, werk, woonplek enzovoorts. Je gaat herkennen hoe sprankelend en magisch het leven werkelijk is!

### *Hoofdstuk 2. Hoe kunnen we samenwerken met Engelen, Gidsen en Spirits?*

Samenwerken met Engelen. Hoe kun je Engelen, Gidsen en Spirits vragen je bij *alles* in je leven te helpen? Hier komt het in 8 stappen.

#### *Hoe ik aan 8 stappen kom?*

Daar zat al heel wat samenwerken met Engelen in. Heel wat jaartjes geleden al weer, kreeg ik door dat ik weleens lezingen zou kunnen gaan geven. Dat idee kwam absoluut niet van mijzelf, maar werd gewoon bij me naar binnen gegooid. Zo ontstond dus diep in mij het verlangen om lezingen te gaan geven. Een paar weken later hoorde ik mezelf zomaar tegen iemand zeggen: "Weet je wat ik het allerliefste zou willen doen? Lezingen geven!" Op dat moment had ik het in het Universum gezet, of naar de Engelen toe gegooid, en meer heb ik niet gedaan. Nog geen week later werd ik zomaar opeens gebeld door iemand die zei: "Ik heb gehoord dat je lezingen geeft over Engelen en andere spirituele onderwerpen, zou jij hier een lezing over Engelen willen komen geven?" Deze vrouw was een vriendin van de vrouw waar ik mijn wens naar had uitgesproken, zij regelde de lezingen in een spiritueel centrum en zo kwam het hele balletje aan het rollen. Intussen had ik geen idee hoe ik een lezing moest geven, en hoe ik mensen duidelijk moest maken hoe ze met Engelen konden samenwerken. Maar ook daar kreeg ik weer hele duidelijke hulp bij van de Engelen. Ze gaven me het idee om er stappen van te maken, zodat het voor de mensen helderder zou worden. Zo hielpen ze me deze hele lezing voor te bereiden en uit te werken, en zo ontstonden deze 8 stappen om met Engelen te kunnen samenwerken. Ze zeiden: "als je de stappen zo verwoordt dat alle 1<sup>e</sup> letters van elke stap samen het woord 'Engelen' vormen, dan is dat een gemakkelijk ezelsbruggetje". Verder zeiden ze, dat het ook nog heel goed zou zijn om er

plaatjes bij te maken om het beeldend te maken, “noem ze maar pictogrammen” zeiden ze. Die eerste lezing stond ik gelijk voor een groep van 80 mensen! Voor mij inmiddels ook al helemaal niet meer zo verwonderlijk dat de datum waar we op uitkwamen om deze eerste lezing te gaan doen 28 april was, de sterfdatum van Daniël, mijn eerste man. Wat ooit het eind van een fase in mijn leven had aangeduid zou nu, zoveel jaar later, het begin van een nieuwe fase in mijn leven inluiden.



En natuurlijk vond ik het doodeng die eerste keer, maar dat geeft helemaal niet, ik zeg altijd: “je bent bang but you do it anyway!” Maar wat waren de mensen enthousiast na afloop.... hele drommen mensen had ik om me heen staan, die na afloop nog veel meer wilden weten, en ik straalde, dit was mijn ding.



Zo volgden de ene na de andere lezing en vele workshops, over de meest uiteenlopende spirituele onderwerpen...

## SOULCENTER: CENTRUM VOOR ONTMOETING EN INSPIRATIE

HOORN - Volgend weekend staan er twee nieuwe activiteiten op het programma: vrijdag 22 oktober een Lezing Samenwerken met Engelen en zondag 24 oktober een Levensviering! Het Soulcenter vind je op Achterom 19 in het centrum van Hoorn en op [www.soulcenter.nl](http://www.soulcenter.nl).

Op vrijdag 22 oktober zal Maria Henkes voor de eerste keer in Hoorn een interactieve lezing annex workshop geven over Engelen. Zij vertelt hoe engelen je kunnen helpen bij alles in je leven! Maria's aanpak is heel praktisch en simpel en in de lezing reikt ze technieken aan die je heel gemakkelijk zelf kunt toepassen in het dagelijkse leven. Zoals Maria zelf zegt: 'De engelen en gidsen zijn altijd om ons heen, ze staan te trappelen om ons bij alles in ons leven te kunnen helpen. We gaan kijken waarom het handig is om met engelen samen te werken en hoe engelen met ons communiceren. Deze lezing/cursus is ook geschikt voor mensen die (nog) niks met engelen hebben, want je leert ook hoe je samen kunt werken met het universum, je leert over de wet van de aantrekkingskracht (the Law of Attraction) en Manifesteren'. Maria is een van de weinige 'Angel Therapy Practitioners' in Nederland en opgeleid door Doreen Virtue, wereldwijd een begrip op het gebied van engelen therapie. Vrijdagavond 22 oktober is de eerste bijeenkomst in een reeks van acht avonden, welke ook heel goed los te volgen zijn. De lezing duurt van 20.00 tot 22.00 uur en de kosten bedragen € 10,- per persoon per avond. Bij een boeking van alle acht de avonden ontvang je 10% korting. Opgeve kan via: [info@soulcenter.nl](mailto:info@soulcenter.nl) of tel: 06-51877857 of 06-30670080. Kijk voor meer informatie over Maria Henkes en haar werk op [www.engelenheling.nl](http://www.engelenheling.nl).



Die uiteindelijk geleid hebben tot de ingeving, dat ik weleens een boek zou kunnen gaan schrijven. Dat werden in korte tijd maar liefst [2 boeken: 'Ontwaken uit de droomstaat van je mind.'](#) en ['Het laten ontstaan vanuit flow.'](#) Waarbij het laatste boek helemaal door mij heen geschreven is.

Samenwerken met je Engelen, Gidsen en Spirits in 8 stappen:

### 1. Eerst echt vragen!!!



\* *Waarom moet je ze nou eerst echt vragen als ze toch alles al van je weten?*

Als mensen op aarde hebben we allemaal een vrije wil en een vrije keuze, ga ik linksaf of ga ik rechtsaf of rechtdoor misschien wel in de achteruit? "En elke keuze heeft z'n eigen consequentie", roep ik dan altijd heel hard tegen mijn kinderen, "en oh ja geen keuze maken is uiteindelijk ook een keuze, en heeft ook z'n eigen consequentie!", roep ik er dan nog achteraan. Ja die kinderen van mij hebben het ook niet altijd makkelijk hoor met

zo'n moeder als ik ☺)))!'

\* *"Moet je ze nou hard op vragen of in gedachten?"*

Dat maakt helemaal niks uit. Je mag het uitspreken, je mag het opschrijven, je mag je vraag of wens ook alleen in je gedachten formuleren. Alles is energie, ook elke gedachte. Alles blijft in de energie van het AL WAT IS opgeslagen. Bovendien ze communiceren telepathisch met ons, ze zitten als het ware al in ons hoofd, dus ze weten toch al alles wat wij willen. Schrik niet van deze gedachte, ze weten dat wij als mensen hier op aarde te maken hebben met het ego in ons en dat daarom niet al onze gedachten even liefdevol kunnen zijn. Zelf zijn ze heel erg liefdevol en vol begrip, geduld en compassie en begrijpen ze dus alles wat wij doen of denken in de grotere context.

\* *Alle vragen worden gehoord en ook verhoord...*

Omdat ze als het ware in ons hoofd zitten kunnen Engelen alles wat we vragen horen en het wordt niet alleen gehoord maar ook altijd verhoord, alleen... niet altijd op de manier waarop *wij* het graag zouden willen of in gedachten hadden. Engelen zijn vele malen creatiever dan wij, in het bedenken van de meest geschikte oplossingen, voor alle betrokken personen. Zij overzien het geheel en zijn alwetend en weten daarom precies wat goed is voor ons en voor alle betrokken personen en situaties. Soms is het niet precies krijgen zoals we het willen, het beste voor ons, omdat we daar het meeste van leren en groeien. Het volgende stukje maakt dat heel mooi duidelijk.

*Ik vroeg kracht*

*en ik kreeg moeilijkheden om mij sterk te maken*

*Ik vroeg wijsheid*

*en ik kreeg problemen om op te lossen*

*Ik vroeg moed*

*en ik kreeg gevaar om te overwinnen*

*ik vroeg om steun*

*en ik kreeg kansen*

*Ik kreeg niets waar ik om vroeg*

*Ik kreeg alles wat ik nodig had.*

Daarnaast wordt ook niet alles verhoord *op* het **moment** dat wij dat zo graag zouden willen. Wij mensen kennen het fenomeen 'tijd'. Daarom zijn wij zo vaak ongeduldig. De Engelen zijn heel erg geduldig, zij hebben echt een Engelen geduld. Zij kennen alleen *Divine timing and order*, oftewel wanneer iets voor ons, èn voor alle betrokken personen, het meest geschikte moment is. Haast hebben is dus ook niet iets wat ze kennen. Misschien heb je 5 jaar geleden een vraag gesteld, die vandaag beantwoord wordt. Laat het maar rustig aan de Engelen over. In welke fase je op dit moment ook zit, het is altijd precies waar je hoort te zijn. Je bent



precies waar je hoort te zijn, anders had het universum je wel ergens anders. Als je kunt zijn, helemaal zonder het verlangen ergens anders te zijn, opent dat gelijk een deur naar ongelimiteerde mogelijkheden.

- \* *In tijden van nood struggelen we nog wel eens door en vergeten we om hulp te vragen!* Vraag eens om hulp en steun, probeer het gewoon eens, wat kan je gebeuren? Ze zijn er elke seconde van de dag voor je. En ze staan te trappelen omdat ze ons zó graag willen helpen! Maar dan moeten we ze wel eerst vragen! Hier komt *hoe* je dat het beste kunt doen.

## 2. Niet kennen ze niet!!!



Engelen zijn één en al liefde, licht en positiviteit. Ze bevinden zich niet in de dualiteit maar in de eenheid. Ontkennende woorden zoals niet, geen, niet meer, nooit meer, kennen ze niet.

Vraag aan de Engelen altijd alleen maar wat je wèl wilt

Dus als je ergens last van hebt, draai het om, vraag ze niet om je te helpen dat niet meer te willen, maar kijk wat je wel wilt. Soms kan de volgende verwoording helpen: Help me alsjeblieft om alles los te kunnen laten wat we me ervan weerhoud om... (vul zelf maar in wat je wenst) vanuit Liefde te kunnen zijn, me altijd en overal veilig en beschermd te voelen, vanuit vreugde te kunnen zijn, te kunnen vergeven, in mijn kracht te staan enz. Ook is het vaak heel krachtig als je het vanuit dankbaarheid zegt of denkt, en ook alsof het al zo is: Lieve Engelen dank jullie wel dat ik volledig zie en ervaar dat ik altijd en overal veilig en beschermd ben.

Vraag ook door, als je het niet helemaal begrijpt, blijf doorvragen. Laat het gesprek meer heen en weer gaan. Vraag door. Vraag ook of ze het je heel duidelijk willen maken. Je kunt in communicatie met Engelen, Gidsen en Spirits ook altijd zelf de radio harder of zachter zetten, simpelweg door dingen te vragen zoals: Maak het duidelijker alsjeblieft. Of ik heb het gevoeld, ik zal de boodschap doorgeven, neem het nu maar weer bij me weg. Mag het ietsje minder?

## 3. Geef het uit handen!!! Loslaten!!!! Vertrouwen!!!



Als je niet volledig in je vertrouwen gaat zitten, dan sta je er ook niet voor *open*.

Als je er steeds mee bezig blijft in je hoofd, hou je 't zelf vast en *blokkeer je het* ! *Geef het uit handen! Laat het los! Vertrouw!*

Of zoals ze zo mooi zeggen: *'Leave the details up to God and the angels!'* Of: *'let go, let God!'*

#### *Ga ertussenuit*

Als je een probleem bij ze neerlegt of iets aan ze vraagt, denk dan niet 'het zou zus of zo opgelost kunnen worden'. *Ons bewustzijn is zo vele malen kleiner en beperkter* dan dat van hen, bovendien is hun *creativiteit* vele malen groter. Omdat ze het volledige overzicht hebben, vinden ze een *oplossing die voor alle betrokken partijen* het beste is. Als je vertrouwt, er tussenuit gaat met je mensstuk, dan laat dat alles stromen. Daardoor komt alles met gemak tot je. Bij angst, negativiteit, zorgen maken, zul je alles juist blokkeren.

#### *Hoe kunnen we leren vertrouwen*

Vertrouwen is niet iets wat we hoeven te leren. Als we in onze ziel, bewustzijn zitten, dan zitten we altijd al in vertrouwen. Zo simpel is het. Daarin is altijd al die ultieme overgave. We hoeven daar alleen maar in te gaan zitten. Vanuit ons mensstuk zal het stemmetje in ons hoofd altijd in wantrouwen blijven. Maar dat stemmetje hoeven we niet om te buigen naar vertrouwen. We mogen gaan ervaren dat wie we werkelijk zijn, onze ziel, bewustzijn, altijd al in volledig vertrouwen en ultieme overgave is.

#### **4. Ego of echt van boven?**



*Hoe weet je nou of het antwoord wat je doorkrijgt van je ego, je mind is of echt van boven*

Dat is eigenlijk simpeler dan we denken. We hoeven alleen maar het onderscheid te kunnen maken, of het positief of negatief is, beangstigend of geruststellend is. Als we dit onderscheid steeds meer kunnen maken en hierop durven te gaan vertrouwen, wordt de communicatie steeds duidelijker en helderder.

Als het antwoord op je vraag van je ego, je mind komt: dan is het antwoord vol met angst – beangstigend angstaanjagend – negatief twijfels onzekerheid – ongeduldig voelt koud aan belooft gouden bergen snel rijk worden snel beroemd worden steeds wisselend – springt van de hak op de tak hele zwets verhalen te veel woorden, te veel tekst onlogisch ikke ikke – wraak laat je denken aan worst case scenario's – wat er in het ergste geval allemaal wel niet allemaal zou kunnen gebeuren deprimerend – zwaarmoedig – het idee dat het leven een strijd is duisternis – kwaad ofwel kortweg gezegd negatief, dan hebben je eigen gedachten het verzonnen, dan zit je er met je mensstuk tussen.

Als het antwoord van 'boven' komt van de Engelen is het altijd: opbeurend geruststellend positief oneindig liefdevol en geduldig – licht consequent oneindig herhalend recht toe recht aan to the point kort en bondig – staccato altijd logisch aanvullend op persoonlijke talenten en interesses – steeds maar weer herhalend – het geeft je een gevoel van ja duhhhh dat wist ik toch allang, jaaaa, daarom maken we het je nog een keer duidelijk! Ofwel kortweg gezegd positief, dan komt het van boven, en zit je in je liefdevolle bewustzijn.

## 5. Luisteren!!!!



Om te kunnen luisteren naar Engelen, Gidsen en andere Spirits zijn er twee dingen het allerbelangrijkste:

**1. De communicatie met Engelen, Gidsen en Spirits verloopt altijd via onze 7 heldere kanalen!**

**2. Onze 7 heldere kanalen staan altijd in verbinding met onze ziel, met het bewustzijn. Als we daar in kunnen zitten, is het een makkie.**

All you need to do, is open up and listen!

Alles wat je hoeft te doen is jezelf te openen in het bewustzijn en te 'luisteren'.

### **1. De communicatie met Engelen, Gidsen en Spirits verloopt altijd via onze 7 heldere kanalen!**

Engelen, Gidsen en Spirits kunnen alleen maar met ons communiceren via onze heldere kanalen. En ja, die heldere kanalen hebben we ook allemaal! Onze heldere kanalen zijn verbonden met onze zintuigen. Elk zintuig kan fungeren als een helder kanaal.

We gaan uit van 7 heldere kanalen:

- |                      |   |
|----------------------|---|
| * Helderwetendheid   | ons brein werkt ook nog als een helder kanaal |
| * Helderziendheid    | zien, ogen, derde oog, visueel                |
| * Helderhorendheid   | horen, oren, oor chakra's, auditief           |
| * Heldervoelendheid  | voelen, huid, haar, hele lichaam, sensitief   |
| * Helderruikendheid  | ruiken, neus                                  |
| * Helderproevendheid | smaak, mond, tong                             |
| * Helderevenwicht    | binnenoor                                     |

*Ons eigen woordenboek.*

Weet dat we bij het luisteren met onze heldere kanalen allemaal ons eigen woordenboek ontwikkelen. Als ik dingen heb waar ik me zorgen over maak, dan laten ze mij een roofvogel zien. Dat is voor mij het ultieme teken van vertrouwen. Van weten dat alles goed komt. Ik zie dat de roofvogel in volledige overgave zweeft op de wind, en zo is de roofvogel voor mij een teken van vertrouwen. Voor een ander kan dit juist een teken zijn dat ze meer overzicht mogen krijgen. Omdat de roofvogel hoog in de lucht cirkelt en zo alles vanuit een helikopter view kan overzien. De Engelen, Gidsen en Spirits weten alles van ons. Zij weten dus welk teken wij nodig hebben en welke betekenis daar voor ons aan vast zit. Zelfs als ze je een getal laten zien, zullen ze weten op welke website jij de betekenis gaat opzoeken, en anders zullen ze je daar wel naar toe geleiden. Door de jaren heen stel je dus je eigen woordenboekje samen, heb jij je eigen betekenissen die je toekent aan een teken en weten de Engelen precies wat ze jou mogen laten zien, horen of voelen.

Zoals eerder al gezegd; die 7 heldere kanalen die hebben we allemaal! Het is niet zo dat God dacht "die geef ik dat wel en die niet". Niemand is meer en niemand is minder, iedereen is gelijk. Het is geen speciale gave of speciaal talent. Het kan zijn dat iemand die heel erg sensitief is, via heldervoelendheid heel veel doorkrijgt. Het kan zijn dat iemand er in vorige levens al meer mee gewerkt heeft, waardoor de heldere kanalen al wat meer ontwikkeld zijn. Maar we hebben ze allemaal en we kunnen ze allemaal ontwikkelen! Mits we ervoor

open willen staan om op die manier te luisteren, naar de talloze tekenen die ze ons van 'boven', elke dag weer proberen te geven.

Wat daarbij handig is, is hieronder te lezen wat er allemaal bij elk van de 7 kanalen hoort. En er ook voorbeelden van te lezen, hoe dat dan in z'n werk gaat.

### Helderwetendheid:

Is informatie die gewoon naar binnen valt via je kruinchakra, het lijkt heel veel op een gewone gedachte van jezelf, je weet het gewoon ineens. Maar het is geen gedachte, het is een weten.

Wat is krachtiger:

'ik denk dat het zo is'

òf

'ik weet dat het zo is'?

Helderwetendheid gaat heel snel! Er gaat geen riedeltje van gedachten aan vooraf. Het is er gewoon bam, in één keer. Je kunt soms nog niet eens de hele vraag formuleren aan de Engelen, Gidsen, Spirits en dan is het antwoord er al. Dit komt ook omdat de Engelen, Gidsen, Spirits al weten wat jij gaat vragen. Het bewustzijn en de telepathische communicatie gaat zo vele malen sneller dan wij onze gedachten kunnen formuleren.

Helderwetenheid is kort, het is bijna staccato, het zijn geen hele zwetsverhalen.

Helderwetendheid en alle antwoorden van boven zijn altijd heel logisch, heel simpel, waarbij je vaak zoiets hebt, jaaa, duhhh dat wist ik toch allang. Ja dat klopt, je wist het al, wij geven je alleen nog maar even de bevestiging, want dat is waar jij in je vraag om gevraagd hebt.

Helderwetendheid kan zijn dat je opeens een heel goed idee hebt, een briljant idee. Veel mensen hebben de arrogantie om te denken dat ze die briljante ideeën zelf bedacht hebben. Zoals ik het zie, komen ze toch echt van boven. Zij hebben veel meer overzicht, zij zijn alwetend. Wij weten allemaal maar een heel klein stukje.

Opeens valt er een inzicht naar binnen.

Mensen die helderwetend zijn, weten dingen al hun hele leven. Maar ze hebben daar geen idee van, omdat het voor hen zo gewoon is om 'te weten'. Vaak hoor je ze zeggen, "tja dat wist het al", of "ik had je nog gewaarschuwd". Niet om gelijk te willen hebben, maar ze wisten het gewoon. Ze kunnen echter niet in het hoofd van andere mensen kijken, en denken dus dat alle mensen dingen weten.

Je staat in de supermarkt en krijgt door dat je iets moet meenemen, als je het niet doet heb je binnenkort spijt dat je niet geluisterd hebt. Want geheid heb je dat artikel al snel nodig. Helderwetendheid voelt voor mij alsof die Engel, Gids of Spirit in mijn hoofd zit, het voelt alsof ik hem/haar 'hoor' praten, alleen 'hoor' ik het niet maar 'weet' ik het. Alsof ik precies weet wat diegene denkt. Telepathische communicatie. Soms is die connectie zo helder dat het echt helemaal niet moeilijk is. Dat je bijna denkt dit kan niet waar zijn, dit is te gemakkelijk. Dit zijn meestal de momenten dat je heel ontspannen bent, je heel goed in je vertrouwen, oftewel in je ziel, bewustzijn zit.

Praten met Engelen, Gidsen, Spirits is net alsof je een theekransje hebt, alsof je met een goede vriend of vriendin praat over de dingen die je dwarszitten.

Je hoeft alleen maar te vertrouwen dat als het positief, warm, geruststellend is, het ècht van 'boven' komt. Als het negatief is of op angst gebaseerd dat het dan van het ego is. Veel oefenen en tegelijkertijd beseffen dat je helemaal niet hoeft te leren vertrouwen, maar dat vertrouwen en overgave er altijd al zijn in je ziel, in je bewustzijn. (Dat je dus alleen maar in je ziel, bewustzijn hoeft te gaan zitten tijdens de communicatie met Engelen, Gidsen en Spirits, iets waar ik bij punt 2. nog meer over zal schrijven). Door de tijd heen zul je steeds beter gaan weten en voelen wanneer het van 'boven' is.

### Helderziendheid:

Helderziendheid is niet alleen maar dat je overleden dierbaren kunt zien bij iemand, het gaat veel verder dan dat. Het is veel uitgebreider.

Helderziendheid kunnen dingen zijn die je ècht ziet, buiten jezelf. Maar het kunnen ook dingen zijn die je in gedachten, in je geestesoog, of achter je ogen ziet. Bijvoorbeeld als ik je nu vraag om een witte roos voor je te zien, hoe zie je die dan? Buiten jezelf? Of als het ware aan de binnenkant van je ogen, of achter je ogen? Je kunt jezelf ook trainen om beide manieren te kunnen. De manier waarop je in eerste instantie ziet, is waarschijnlijk je voorkeurs manier. Probeer die witte roos ook eens op de andere manier te zien, door je bewust te zijn van die andere manier. Werken met je heldere kanalen is eigenlijk één groot bewustwordingsproces.

Helderzien doe je voornamelijk met je 3<sup>e</sup> oog, dat is je 6<sup>e</sup> chakra, het zit tussen je wenkbrauwen. Maar ook je ogen kunnen dingen zien, die helderziende boodschappen kunnen zijn.

In feite kan alles wat je ziet helderziendheid zijn, zolang je maar het gevoel erbij hebt, hé dit is een teken, een signaal of een antwoord op mijn vraag. Zo werken Engelen graag met ons samen doordat ze ons een veertje laten vinden precies op het moment dat je een bijzondere gedachte hebt of iets bijzonders hebt gedaan, of een vlinder laten zien (kan een teken van een overleden dierbare zijn, of vrijheid, of transformatie), of een muntje laten vinden (kan een teken zijn om aan te geven dat er overvloed is), of een dier laten zien (of horen maar

dan valt het onder helderhorendheid) Of een groot billboard langs de kant van de weg met een duidelijke tekst erop laten zien, dat een antwoord is op een vraag die je gesteld hebt. Hoe duidelijk wil je het hebben. Dus alles wat je ziet en waarvan je gelijk weet of voelt dat het een antwoord is op een vraag die je naar boven hebt gesteld, is helderziendheid. Dat kan dus ook iets zijn wat je ziet op de televisie, in een tijdschrift of in de krant. In de stad, in je huis, in de tuin, in een park etc.

Alles wat je met je ogen ziet en wat een antwoord is op je vraag of gaat over een probleem waar je mee worstelt, valt onder helderziendheid, mits je dat gevoel er ook bij hebt; oh wauw dit is een teken!

Je kunt dingen te zien krijgen in je dromen.

Soms zie je even een heel snel voorbij flitsend beeld. Sommige mensen zien zelfs kleine filmpjes en ik heb zelfs mensen ontmoet die stukjes striptekeningen zien, maar dat is wel vrij uitzonderlijk. Ieder mens is uniek dus ieder mens gebruikt zijn eigen heldere kanalen op een voor hem/haar unieke manier. Precies zoals het bij jou past.

De meeste mensen zien Engelen niet als complete Engelen met vleugels en al, dat is echt vrij uitzonderlijk om dat zo te zien. Heel veel mensen en ook ikzelf zien Engelen als een heel fel sprankelend lichtpuntje. Meestal in het wit, maar als het bijvoorbeeld gaat over Aartsengel Michael dan is het kobalt blauw, of over Aartsengel Raphael dan is het smaragd groen. Het zien van dit soort heldere stippen, is dus een teken van de aanwezigheid van Engelen. Soms is het één enkele heldere stip, soms een paar, heel soms een hele kluwen bij elkaar, of een hele licht vlek of gekleurde vlek in de ruimte of op de muur. De meeste mensen zijn zich daar niet van bewust, ze hebben misschien weleens gedacht dat het iets is waarvoor ze nodig eens naar een dokter of opticien zouden moeten gaan. Maar dat hoeft dus helemaal niet, dat is alweer een geruststelling.

Negatieve entiteiten kunnen we ook vaak waarnemen in zwarte stippen of vlekken om iemand heen.

Aura kleuren bij mensen zien valt ook onder helderziendheid.

En ook andere kleuren kunnen zien bij jezelf of bij een ander is helderziendheid. Zie je een mooie zachtroze kleur, dan is Aartsengel Ariël nabij. Zie je alle kleuren van de regenboog, dan weet je dat Aartsengel Raziël met raad en daad terzijde staat.

Je kunt ook lichtflitsen zien.

Of je ziet de oplossing ineens voor je.

Helderziendheid mag dan wel de bekendste vorm van paranormaal zijn, maar de andere kanalen zijn minstens even handig en belangrijk. En het mooiste is natuurlijk als je alle kanalen ontwikkelt en ook leert combineren.

### Helderhorendheid:

Hiervoor gebruiken we de oor chakra's, net boven onze wenkbrauwen en natuurlijk ook weer onze oren zelf.

In feite kan ook alles wat je hoort weer helderhorendheid zijn, mits je maar dat gevoel er weer bij hebt, oh wauw, dit had ik net nodig om te horen.

Je hoort een liedje op de radio, en dat liedje heeft een speciale betekenis voor je. Of je hoort precies dat stukje tekst van dat liedje wat je nodig had, er even helemaal uitspringen. Of je hebt ongemerkt steeds hetzelfde liedje in je hoofd, totdat je je opeens bewust wordt; dat liedje bevat precies het antwoord wat ik nodig had.

Je hoort iets op televisie, of in een film, op de radio, in het bos, en je voelt gelijk; dat had ik precies nodig om te horen. Het kan het geluid zijn van een dier, een sirene van een ambulance,

Of je bent in een ruimte met veel mensen en je vangt net dat ene stukje van een gesprek op, midden tussen het geroezemoes. Het lijkt wel alsof de ruimte waar je bent, even stil wordt, en je hoort net dat ene stukje van het gesprek. En laat dat nou net iets zijn wat je nodig had om te horen! Soms van totaal vreemden. Het zijn je Engelen, Gidsen en Spirits die je net dit stukje willen laten horen om je weer een stapje verder te helpen.

Soms ook zegt een vriend of een vriendin of een volslagen vreemde iets tegen je en diegene heeft zelf geen idee dat er door hem of haar heen gesproken wordt. Maar als het je lukt je helderhorendheid aan te wenden en echt te horen wat diegene zegt en te beseffen dat je dat net nodig had om te horen, en je er ook nog wat mee doet, dan zul je zien dat je verder komt. Het is vooral door op deze manier steeds weer mijn heldere oren open te zetten, en te beseffen dat datgene wat ik op dat moment hoor iets is dat ik nodig heb als antwoord op mijn vraag, dat ik in de loop der jaren bijzonder helderhorend geworden ben. Maar het begint natuurlijk met het bewustzijn en het vertrouwen dat het zo werkt. Dan pas kun je je erop gaan toeleggen en op die manier gaan luisteren, naar de dingen die tegen je gezegd worden.

Zo heb ik toen ik eenmaal wist en voelde dat het de bedoeling was dat ik een boek ging schrijven naar boven gevraagd me te helpen bij het focussen en concentreren zodat ik tijd vrij kon maken voor het schrijven, hetgeen in een druk gezin niet altijd gemakkelijk is. Daarna hoorde ik van iedereen tegen wie ik vertelde dat ik een boek aan het schrijven was als eerste steeds de reactie: "Goh wat leuk, en heb je daar een speciaal moment of tijdstip



op de dag voor, dat je gaat zitten en schrijven?" Wat een ongebruikelijke vraag toch die ze me steeds weer stelden... Na een paar keer werd me duidelijk dat mijn Engelen en Gidsen me, in antwoord op mijn vraag om hulp bij het focussen en concentreren, wilden helpen, en zo door de mensen heen spraken, zonder dat die mensen daar zelf enig idee van hadden.

Sommige mensen denken dan dat dit eerst 3x moet gebeuren voordat ze zeker kunnen weten dat het van de Engelen komt. Maar na 1x kunnen we ook genoeg bevestiging hebben toch? We hoeven niet zo eigenwijs te zijn toch?

Ik heb ook wel eens meegemaakt dat terwijl ik ergens liep er twee mensen langs mij heen fietsten, die ik precies datgene tegen elkaar hoorde zeggen wat mij weer een stukje verder mocht helpen.

Soms komt helderhorendheid in de vorm van een luide stem vanuit het niets. Je hoort bijvoorbeeld opeens je naam roepen, dit gebeurt vaak ook 's nachts, of in een droom, of bij het wakker worden. Ze willen je dan vaak laten weten dat ze er zijn voor je en dat je er niet alleen voor staat, dat je hen kunt vragen om hulp. Maar je kunt natuurlijk ook weer doorvragen naar de specifieke betekenis ervan.

In feite is dus alles wat je 'hoort' en waarvan je gelijk weet of voelt dat het je mag helpen, helderhorendheid.

#### Heldervoelendheid :

Voelen doen we met ons hele lijf, maar extra sterk met ons hart, onze buik, handen en vingers.

Stel je voor je hebt een etentje en iedereen zit al aan tafel, dan komt er iemand heel gestrest, 20 minuten te laat binnen, en neemt plaats naast jou. Je voelt dan iemands stress en onrust. Dat voelt iedereen! Zo kun je van alles van iemand voelen. Een vriend van ons heeft vaak problemen met zijn oren en als hij naast me zit dan krijg ik soms pijn in mijn oren. Ga dan in gesprek met je Engelen, Gidsen en Spirits en vraag door wat je er mee mag. Of voel of je er op dat moment iets mee mag doen.

Heldervoelendheid is als iemand jij of iemand anders iets zegt, en opeens heb je kippenvel all over. En misschien die ander ook wel. Meestal betekent dit dat wat er zojuist gezegd werd heel erg waar of belangrijk is.

Dit is een positieve manier waarop het gevoel je leidt. Maar het gevoel kan je ook waarschuwen. Nog steeds *niet* vanuit een alarmerend gevoel maar altijd geruststellend.

Het kan zijn dat in een bepaalde situatie of bij een bepaalde persoon de haren in je nek overeind gaan staan. Luister daar naar. Het kan evengoed nog zijn dat die persoon je een prachtige les komt leren.

Het kan zijn dat je een ruimte binnenkomt en gewoon voelt dat daar net ruzie is geweest. Of je komt een ruimte binnen en voelt dat de energie er helemaal niet lekker voelt.

Het kan zijn dat er allerlei alarmbellen gaan rinkelen in je lijf, die je wat duidelijk proberen te maken. Zo was ik jaren geleden bij de training Angel Therapy Practitioner van Doreen Virtue op Hawaï. Die dag zouden we gaan zwemmen met de dolfinnen, en stond ik in de lift van het hotel, op weg naar het ontbijt. Ik voelde dat er van alles op en neer ging in mijn buik. Maar wist nog niet wat betekende in mijn woordenboekje. Tijdens het ontbijt kreeg ik bijna geen hap door de keel. Eenmaal op de boot was ik zo zeeziek als een hond. Gelukkig voor mij, was er nog iemand die heel ziek was en gingen ze voor ons even naar de kant. Wat was ik gelukkig dat ik weer vaste grond onder m'n voeten had. Samen met die andere vrouw liepen we terug naar het hotel. Zo misselijk als zij ook nog steeds was, pakte ze toch een stuk plastic bijna automatisch van de grond, en gooide dat een eindje verder in een prullenbak. Ik vond dat zo inspirerend, en zal dat ook nooit vergeten. Maar achteraf begreep ik dus dat het gevoel wat zo op en neer ging in mijn buik een waarschuwing was om niet mee te gaan met die boot. Had ik dan dat stukje inspiratie gemist? Ja wellicht, maar misschien had dat ook weer op een ander moment aan mij gegeven kunnen worden.

Je voelt opeens dat je wat moet doen...

Luisteren met je gevoel doe je door te luisteren naar je:

Heldervoelendheid is voelende intuïtie, is luisteren naar je gutfeeling, oftewel naar je onderbuikgevoelens, luisteren naar wat je buik je vertelt, luisteren naar de wijsheid van je hart, wat is het wat je ècht diep in je hart wilt, wat laat je hart zingen, waar vliegt je hart van in de fik? Voel en luister naar je innerlijke leiding

Veel mensen voelen ook vaak een kriebel in hun haar, of een aai over de wang, terwijl er toch echt niemand in de buurt is. Ook dat zijn Engelen of overleden dierbaren, die laten weten dat ze bij je zijn.

Je kunt ook met je heldervoelendheid heel bewust gaan invoelen op iets of iemand. Dat kan zelfs alleen op basis van een naam. Dit kan met een levend persoon en met een overleden persoon. Gewoon door te voelen. Door af te zakken naar je buik en in te voelen. Dan kun je precies voelen hoe diegene is en kun je een hele accurate karakterbeschrijving geven van die persoon.

Je kunt ook Of te vragen aan die spirit: "Kun je jezelf laten voelen aan mij?"

Werk met al je zintuigen en verander ze in heldere kanalen. Zo kun je veel meer weten, zien, horen, voelen, ruiken en proeven. Je hebt ze niet voor niets! Met voor-informatie weet je altijd sneller dingen en weet je altijd meer.

Helderruikendheid:

Je ruikt iets en weet meteen... of ziet meteen voor je dat....of je voelt dat.....

Zo kunnen overleden dierbaren zich aankondigen met die voor hen zo typische geur. De sigaar van je opa, de eau de cologne van je oma. De geur van de bloemen op de uitvaart van diegene. Je bent gewoon op een normale plek, misschien zelfs met niemand in de buurt, en opeens ruik je heel duidelijk die geur.

Ook je helderruikendheid kan je weer waarschuwen. Als er opeens een hele nare geur in je neus komt, ga dan kijken in welke situatie bevind ik me nu.

Als iemand prettig ruikt dan weet je al dat je die persoon ook zult mogen. Als iemand niet prettig ruikt dan zit er misschien nog heel wat tussen jullie en is het maar de vraag of je je met die persoon moet inlaten.

Misschien ruik je alleen maar rozenblaadjes. Als je niet weet wat de betekenis is, vraag door!

#### Helderproevendheid:

Hetzelfde als bij helderruikendheid, kan er opeens een nare smaak in je mond komen, die betrekking heeft op een bepaalde situatie.

Als je oma hield van aardbeien, proef je misschien zomaar opeens aardbeien als je oma dicht bij je is, en je wat duidelijk probeert te maken.

Het is over het algemeen iets proeven, zonder dat je daadwerkelijk iets in de mond hebt. De smaak komt voort uit die andere dimensie.

Ook als de energie van iemand heel prettig en zoet is, kan dat als zoet en lekker in de mond proeven.

#### Helderevenwicht:

Sommige situaties doen je misschien even wankelen, in andere situaties voel je je opeens juist heel erg in evenwicht, in balans en in je kracht. Je kunt bij iets of iemand hebben dat het je helemaal weg blaast. Misschien is het dan nog niet het juiste moment, of is het voor nu even genoeg, of misschien wil je wel weggeblazen worden. Voel, of vraag door wat het betekent.

#### *Alle heldere kanalen leren combineren*

Dat is waar je naar toe wilt. Dat je heel gemakkelijk kunt schakelen tussen je heldere kanalen. Je ziet iets en tegelijkertijd weet je dat... en/of voel je dat... Dat is hoe het werkt! Het helderwetende kanaal is natuurlijk altijd het meest duidelijk. Dat hoeft je niet te interpreteren, niet te vertalen, daarbij weet je gelijk wat er bedoeld wordt. Maar evengoed wil je niet alleen helderwetend zijn, want sommige dingen zijn weer makkelijker te voelen, zien of horen.

Om goed te kunnen schakelen tussen je heldere kanalen en ze allemaal met elkaar te kunnen combineren, is het belangrijk om eerst te leren hoe je ze uit elkaar kunt trekken. Eerst bewust worden hoe de dingen bij je binnen komen. Zag ik dit, hoorde ik dit, voelde ik dit, wist ik dit?

### *Voorkeurskanalen*

De meeste mensen hebben 2 voorkeurskanalen. Je voorkeurskanaal dat is de manier waarop *jij* de informatie het gemakkelijkst binnenkrijgt. Je kunt er gebruik van maken als je je bewust bent wat jouw 2 voorkeurskanalen zijn, door er op te letten hoe je de dingen vraagt aan je Engelen en Gidsen. Als je bijvoorbeeld vraagt VERTEL me alsjeblieft; dan krijg je het audio. Zo kan het in het begin gemakkelijker voor je zijn om informatie door te krijgen, als je je vraag formuleert volgens jouw voorkeurskanaal; laat me voelen, laat me weten, laat me horen, laat me zien.

### *Je heldere kanalen verder ontwikkelen.*

Het mooiste is natuurlijk als al onze 4 heldere kanalen goed kunnen laten samenwerken met elkaar. Daarom kunnen we ons gaan toeleggen op het ontwikkelen van al onze heldere kanalen. Als je je helderziende kanaal meer wilt ontwikkelen, dan is dat waar je je een tijdje op gaat toeleggen. Mijn dochter is bijvoorbeeld echt een beelddenker en dus ook heel visueel ingesteld. Bij mij is mijn helderwetendheid en heldervoelendheid het sterkste. Om je helderziendheid te ontwikkelen, kun je anders gaan kijken. Meer in detail, veel preciezer. Kijk bijvoorbeeld eens naar je hand. Zie je als in een overzicht je hele hand? Of zie je bepaalde details van je hand. Kun je nog meer details zien. Kun je in alles wat je ziet meer onderscheid gaan zien. Ik zie bomen, maar die boom ziet er zo uit en die boom ziet er anders uit. Hoe kijk je bijvoorbeeld naar een schilderij. Hetzelfde geldt voor het ontwikkelen van je helderhorendheid. Hoe luister je naar een klassiek muziek stuk. Kun je alle verschillende instrumenten onderscheiden? Kun je nu met alle geluiden om je heen alle verschillende geluiden onderscheiden? Daar klappt de buurman een prullenbak dicht, daar wordt een auto gestart, op de achtergrond hoor ik een ambulance, de wind waait door de bomen, daar fluit een vogel, en nog weer een andere vogel. In huis tikt de klok, hoor ik de piep in mijn oren, slaat de thermostaat aan. Ik kan alles tegelijkertijd horen. Zo kun je ook je heldervoelendheid ontwikkelen. Wat voel je als je samen met iemand in de lift staat. (Dit kun je beter niet altijd voelen, liever gewoon heel dicht bij jezelf blijven, maar even om te oefenen). Hoe voelen de verschillende stoffen en materialen om je heen, je kleding, de bank, de tafel, het glas, kun je ook de temperatuurverschillen voelen? Leer voelen in meer details, in meer gevoelsschakeringen. Hoe voelt de energie in de verschillende ruimtes in je huis, als je gewoon nu blijft zitten waar je zit, en naar de verschillende ruimtes gaat toe voelen. Voel eens aan een boom. Voel eens aan iemand die naast je zit. Zo kun je je dus op elk verschillend kanaal gaan toeleggen en trainen.

Van nature is de ene mens vaak veel meer visueel ingesteld (deze mensen zijn meestal sterk helderziend) of meer auditief ingesteld (meestal sterk helderhorend), of heel sensitief,

gevoelig (meestal sterk heldervoelend) of analytisch, intelligent (meestal sterk helderwetend). Mensen die goed kunnen proeven en ruiken zijn vaak ook sterk helderproevend en helderruikend. Maar ook hier zie je vaak weer dat bijvoorbeeld een kok, zich hier echt op toegelegd heeft, dit ontwikkeld heeft. Sommige mensen hebben van nature alle 4 heldere kanalen al sterk ontwikkeld. Soms zonder dat ze zich daar zelf bewust van zijn. Vaak zijn dit echt Atlantis mensen, met die heldere ogen...

Het kan ook zijn dat iemand in dit leven zo sensitief geboren is, dat diegene van nature al sterk heldervoelend is. Dit heeft echter ook een keerzijde. Vaak zien we dat mensen die zo sensitief en hoog gevoelig zijn, zich eigenlijk helemaal niet veilig voelen in de wereld. Hetzij door dingen die ze hebben meegemaakt in dit leven of in vorige levens. Daardoor zijn ze de hele tijd hun omgeving aan het aftasten, met hun voelsprietten, en hebben ze constant hun 'spidersenses' aanstaan, om gevaar en onveiligheid op tijd te kunnen waarnemen. Dat is natuurlijk dodelijk vermoeiend, ze kunnen daardoor niet goed genoeg bij zichzelf blijven, dat zorgt ervoor dat hun energiepeil laag is. Voor hen is dus een schone taak weggelegd om te gaan kijken hoe ze zich veilig kunnen voelen in de wereld. Zodat ze hun heldervoelendheid bewust kunnen inzetten, alleen in momenten en situaties waarin dat gewenst is. Zie hierover meer informatie in hoofdstuk 4 van mijn 1<sup>e</sup> boek ['Ontwaken uit de droomstaat van je mind'](#). Daarin lees je ook hoe je dat vanuit het bewustzijn kunt oplossen.

Als we hebben kunnen 'luisteren' dan is het tijd voor.....

stap 6. **En dan nu... aan de slag!!!**



We kunnen aan de slag:

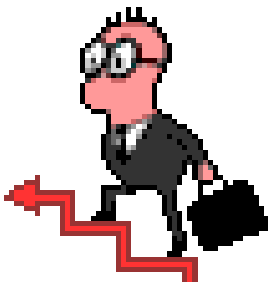
- Als we in het samenwerken met Engelen, de vraag hebben gesteld, die vraag positief hebben verwoord, we het probleem uit handen hebben gegeven, losgelaten hebben en in ons vertrouwen zijn gaan zitten dat het goed komt.
- Als we weten wat bij het ego hoort en wat van 'boven' komt.
- Als we hebben geluisterd via onze heldere kanalen en zodoende een advies hebben gekregen, of een idee, of misschien er is iemand op ons pad gekomen die ons een stukje in de goede richting heeft geholpen, kortom we weten wat ons te doen staat....

Dan is het tijd voor de volgende stap: En dan nu... aan de slag! Oftewel ACTIE! Dan is het tijd om die bal een zwieper te geven en beginnen te lopen.

Of op z'n minst je eerste stapjes te zetten.

Doe iets met het advies wat je gekregen hebt van de Engelen. Je weet nu wat je te doen staat. Ga ermee aan de slag. Ook al is het maar een heel klein eerste babystapje. De Engelen zijn bereid je weer verder te helpen, maar ze hebben van jou nodig dat jij ook je bereidwilligheid laat zien en je vrije wil hierop richt. Als je daarna het gevoel hebt dat je weer even vast zit, niet weet hoe je verder moet, vraag je gewoon weer opnieuw aan de Engelen en begint het hele ritueel gewoon weer van voren af aan. Je vraagt, je krijgt een antwoord in de vorm van bijvoorbeeld een inzicht, een idee, een advies en ze wachten af of je er iets mee doet, of jij er mee aan de slag gaat. Want ze mogen ons alleen maar helpen op basis van onze bereidwilligheid en vrije wil, weet je nog? Zo krijg je als je met dingen aan de slag gaat vaak ook al weer nieuwe ideeën binnen en zo gaat alles stromen.

7. Neem het stap voor stap!



Helaas krijgen we geen kant en klare oplossingen in de schoot geworpen, het zijn vaak wel complete wonderen, maar altijd in de vorm van een bouw pakket. Dus we vragen, we luisteren, we volgen het advies op, nemen tenminste het eerste stapje en als we weer even hulp nodig hebt, dan vragen we weer. Zo komen we stap voor stap waar we willen zijn. Het leven is immers één groot groeiproces en alles moet steeds ook weer z'n tijd krijgen om te bezinken. Als alles te snel zou gaan, zouden we helemaal in de war raken. Wij mensen zijn vaak heel ongeduldig, het kan ons niet snel genoeg gaan, maar bij de Engelen gaat alles in divine timing and order. Alles gebeurt precies op het juiste moment, op de juiste manier en wanneer wij er klaar voor zijn. Vaak denken we zelf al wel dat we er klaar voor zijn, maar weten de Engelen dat we nog net een stukje groei nodig hebben om het echt te kunnen zijn. We zijn precies waar we moeten zijn, anders had het universum ons wel ergens anders. Zo simpel is het. Alles is precies zoals het behoort te zijn. Het zou niet anders kunnen zijn. En daarom gaat alles stapje voor stapje en dat is maar goed ook. Het belangrijkste van het leren dingen stap voor stap te doen is te beseffen dat je de hele weg, je hele pad, niet al hoeft te kunnen overzien om toch op je eindbestemming te kunnen aankomen. Je hoeft alleen maar hier en nu dit stukje te doen. Bovendien gaat het in het leven helemaal niet om het doel of om het bereiken van het doel, maar juist om het onderweg zijn. In het onderweg zijn, zitten de mooiste groeiprocesen. Leven is de weg er naar toe! Het hele proces met alles erop en

eraan, alles wat bij die hele weg ernaar toe hoort en alles wat er onderweg ernaar toe allemaal gebeurt, dat is het leven.

## 8. Bedankt!



Voor de slimmeriken onder ons, die al bedacht hadden dat het woord 'Engelen' geen 8 letters heeft maar 7; de 8e stap valt inderdaad buiten het woord Engelen, maar is evengoed wel een belangrijke stap. De Engelen vragen niets terug voor hun hulp, ze geven altijd onvoorwaardelijk, alleen een simpel 'dank je wel' vinden ze heel fijn. En zo staat er uiteindelijk door de 8 stappen 'Engelen bedankt'!

*Dankbaarheid is de allerbelangrijkste kracht in de wereld!!!*

Dankbaarheid is liefde. Door dankbaarheid gaat alles stromen in je leven. Door dankbaarheid komt alles in beweging in je leven. Als je dankbaar kunt zijn voor wat je wel hebt of voor wat er wel is dan heb je direct een negatieve gedachte overwonnen.

Helemaal in het begin, toen ik nog maar net begon met dankbaarheid gehoord had of er in ieder geval me er nooit zo in verdiept had en er nooit zo over nagedacht had, dacht ik wat moet ik daar nou mee, dankbaarheid, jakkes. Maar gaandeweg ging ik voelen hoe fijn het was om dankbaar te zijn en begreep ik dat dankbaarheid het ultieme positief zijn is en zag ik er inderdaad van alles voor terug komen hoewel dat uiteraard niet de reden is waarvoor je dankbaarheid oefent.

Bedenk vanaf vandaag eens elke keer als je wakker wordt, 10 dingen waar je dankbaar voor bent; ik ben dankbaar dat ik gezond ben, dat ik jou dit hier mag vertellen en je dingen mag leren over Engelen, dat ik een lief gezin heb die heel veel van mij houden, dat zij ook allemaal gezond zijn, dat we een fijne plek hebben om te wonen, dat ik mensen mag helpen en ga zo maar door!

Niet alleen kan je dag niet meer stuk, voor alle dankbaarheid die je naar boven stuurt krijg je het 10voudige aan liefde weer terug. Geen slechte investering lijkt me. Ik ben er van overtuigd dat als iemand die op straat zwerft, vandaag nog zou beginnen met alleen maar te denken waar hij dankbaar voor is, ook al is het maar voor zijn gezondheid (zwerfers hebben vaak een enorme weerstand en zijn vaak behoorlijk gezond), ook al is het maar voor het bakje eten wat iemand achterliet of een droog plekje onder de brug als hij begint zich te focussen op dankbaarheid in plaats van op alles wat mis is gegaan in zijn leven en hoe hij

alles is kwijtgeraakt wat hij had, dan zou hij binnen de kortste keren van straat af zijn. (aanrader is de film te gaan kijken 'conversations with God' gebaseerd op zijn gelijknamige succesboek 'gesprek met God' van Neil Donald Walsh) Omdat dankbaarheid zo'n krachtige energie uitstraalt die alles in beweging zet.

Net zoals waarschijnlijk veel mensen heb ik bijvoorbeeld ook regelmatig last gehad van angst dat je iets overkomt of dat je ziek wordt of dat je kind of je man wat overkomt, in plaats van helemaal in die gedachtespinsel, the worst case scenario's mee te gaan denk ik direct "ik ben zo dankbaar dat ik zo gezond ben, ik zo'n lieve man heb, dat ik geweldige kinderen heb" enzovoorts. Die angst heb ik simpelweg omgezet in een gedachte van dankbaarheid en dat voelt heerlijk. En op een gegeven moment gaat dat al helemaal automatisch. Dankbaarheid opent me ook voor het mooie en wonderlijke en magische van het leven, want het geeft voor mij aan dat alles niet zo maar en vanzelfsprekend is.

Dankbaarheid naar de Engelen toe, zal resulteren in dat ze je meer en meer gaan helpen.

Samenvatting Samenwerken met Engelen.

Leren hoe de Engelen je met alles in je leven kunnen helpen!

1.Eerst echt vragen!!!



2.Niet kennen ze niet!!!



3.Geef het uit handen!!!



4.Ego of van boven???





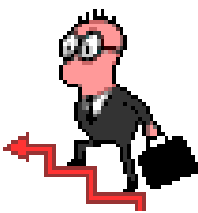
5. Luisteren!!!!



6. En dan nu, aan de slag!!!



7. Neem het stap voor stap!!!



8. Engelen Bedankt!!



hoofdstuk 3. Wat kunnen wij doen om het gemakkelijker te maken voor de Engelen om met ons te kunnen samenwerken?

Als je wilt leren om samen te werken met je Engelen dien je allereerst te begrijpen dat Engelen bestaan uit een enorme hoge vorm van energie. Ze bestaan puur en alleen uit liefde, goedheid, licht en positiviteit. Dat maakt dat hun energie een enorm hoog trillingsgetal heeft. Wij als mensen zijn veel compacter, wij hebben een veel vastere vorm, wij kennen liefde en haat, wij hebben als mensen hier op aarde te maken met ons ego en het hogere zelf, en dus met de dualiteit het goed en het kwaad. Daardoor kennen wij positiviteit en negativiteit. Dat alles maakt dat wij een lagere trilling hebben in onze energie. Om goed en gemakkelijk met de Engelen te kunnen samenwerken en om alles te kunnen toepassen waar we in hoofdstuk 1. naar gekeken hebben, is het nodig dat we leren hoe we onze energie kunnen verhogen. Want je kunt je misschien voorstellen dat als wij onze energie een stukje kunnen verhogen, dan hoeven de Engelen hun energie niet zo'n eind te verlagen, om samen op ongeveer dezelfde frequentie uit te kunnen komen. De hogere energie van de Engelen houdt dus in dat ze een hogere trilling hebben en dan spreken we in feite over een hogere frequentie. Als we elkaar willen 'ontmoeten', is het handig als we op dezelfde frequentie zitten. De Engelen kunnen hun energie verlagen om met ons in contact te komen, en dat doen ze ook regelmatig en met liefde. Maar als wij hen een stukje tegemoet kunnen komen dan gaat het contact maken vele malen gemakkelijker en wordt het ook veel helderder. Maar hoe kunnen we dat doen? Hoe kunnen we onze energie hoger maken, met een hoger trillingsgetal, een hogere frequentie. Hoe kunnen we gemakkelijker met hen in contact komen?

We zitten al in een hogere trilling als we in het bewustzijn zitten. Daar zijn we er met ons mensstuk tussenuit. Dat is dus een van de allerbeste manieren om je trilling op gelijk niveau te brengen met de Engelen, gidsen en spirits. Alles in mijn werk gaat daarover, om mensen te helpen herinneren dat we het bewustzijn *zijn!* En om mensen te laten zien, ervaren, herinneren hoe ze daar weer in kunnen zitten. Als je hier meer over wilt leren kijk dan even wat ik hierin aanbied: [Aanbod bewustzijn](#) of [www.mariahenkes.nl](http://www.mariahenkes.nl)

Wil je meer lezen over hoe je meer vanuit het bewustzijn kunt zijn, dan verwijs ik je heel graag naar alles wat ik daar al zo uitgebreid over geschreven heb in mijn eerste boek ['Ontwaken uit de droomstaat van de mind'](#) en in mijn tweede boek ['Het laten ontstaan vanuit flow'](#). Te bestellen via deze [link](#).

Naast dat het dus heel belangrijk is om meer in je bewustzijn te kunnen zitten, kun je je energie gaan opschonen om je trilling te verhogen. Hierover schrijf ik ook heel uitgebreid in mijn tweede boek ['Het laten ontstaan vanuit flow'](#), in hoofdstuk 8; 'Wat is lichter leven en leren vanuit het licht'. Te bestellen via deze [link](#).

Geniet ervan, om te weten en te ervaren dat de Engelen, Gidsen en Spirits altijd heel dicht om je heen zijn, dat ze je beste vrienden zijn, die je met alles wel willen helpen. En dat die hulp altijd nog veel mooier uitpakt dan je zelf ooit had kunnen bedenken!

In licht, liefde en service,

Maria

Maria Henkes

[www.mariahenkes.nl](http://www.mariahenkes.nl)

[info@mariahenkes.nl](mailto:info@mariahenkes.nl)

