

Linda Goodings

# Vraag het je beschermengel

Creëer wonderen  
in je leven



Uitgeverij Akasha

# Inhoud

Inleiding 11

## *Deel 1*

Je hebt je dromen niet voor niets 17

### **1** Waarom ben je hier? 19

De illusie van afgescheidenheid 20

Je zieleteam 20

Wie moet je om hulp vragen? Tot wie moet je bidden? 22

God laat je niet in de steek 22

De boodschap van God 24

Ego of intuïtie 24

Van zieledoel naar hartewens 28

Hoe krijg je zicht op je zieledoel? 30

### **2** Ben jij een aarde-engel? 35

De aarde-engeltypen 37

Hooggevoeligheid 42

Hooggevoeligheid als kracht 43

## *Deel 2*

Communiceren met engelen:  
engeleninspiratie 53

### **3 Wat zijn engelen? 55**

Heeft ieder mens beschermengelen om zich heen? 56

Horen engelen mij? 57

Angst voor helderziendheid 60

Lagere energieën 61

Overledenen zien 62

### **4 Wat zijn engelentekens en**

hoe ga je ermee aan de slag? 67

Wat zijn engelentekens? 67

Hoe herken je ware leiding? 71

Vraag het je eigen beschermengelen 72

Engelen en het concept tijd 80

Getallen als communicatiemiddel 81

Orakelkaarten 84

### **5 Intuïtie versterken en praten met je engelen 87**

Zuivere voeding, gezonde lifestyle: hogere trilling 87

Je hart meer openen 91

Manieren om contact met je beschermengel te versterken 93

Intuïtieve 'ja' en 'nee' 94

### **6 Ware verhalen en engeleninspiratie 97**

## *Deel 3*

Heling van jezelf, je relaties en je leven 109

### **7 Heling van jezelf 111**

Chakra's 111

Karma 118

Met volle angst vooruit 124

Liefde en licht staan gelijk aan heling 130

Vergeving 135

Afschermen met kleuren 137

Heling van ruimte en aura 138

### **8 Kristallen en aartsengelen 143**

Heling met kristallen 143

Ontladen, reinigen en opladen van kristallen 145

Overzicht van kristallen en aartsengelen 149

### **9 Heling in relaties 153**

Relaties: gezegende lessen in persoonlijke groei 153

Goede relatie met jezelf, goede relatie met anderen 161

Loskomen van situaties of personen 164

Meer innerlijke rust ervaren 168

## *Deel 4*

Je hartewensen beleven en  
wonderen creëren 171

### **10** Ontdek en beleef jouw hartewensen 173

Je bent precies waar je nu moet zijn 173

Ondersteuning van de aartsengelen op jouw zielepad 175

Meer zicht op je hartewensen 178

Stappenplan voor succes: op weg naar jouw hartewensen 180

De balans van je leven opmaken 184

Energiewerk en rituelen voor je hartewensen 186

Hoe weet je of je op de goede weg bent? 190

Wat als je niet meer de goede kant opgaat? 190

Tips voor elke dag 194

## *Deel 5*

De ontwikkelingsweg van een aarde-engel 197

### **11** De kleine engel 199

Verklarende woordenlijst 211

Zegeningen en dankwoord 217

Literatuurlijst 219

Over de auteur 221

# Overzicht oefeningen en downloads

- Affirmaties voor meer liefde 162
- Angst loslaten met aartsengel Michaël.  
Zijn boodschap voor jou! 129
- (Beperkende) excuses onder ogen zien 125
- Bericht van je beschermengelen 15
- Boodschap van aartsengel Michaël over het leven  
van je hartewensen 175
- Boodschap van aartsengel Michaël voor  
meer kracht en vertrouwen 176
- Chakra's reinigen met aartsengel Metatron 116
- Dankbaarheidspot 188
- De balans van je leven en je hartewensen opmaken 185
- Download het beschermengelendagboek 80
- Download het engelenwerkboek 60
- Energiewerk en rituele handelingen voor  
na het opmaken van de balans 187
- Energiewerk om te aarden 48
- Energiewerk voor iedere dag 45

Etherische koorden doorsnijden met aartsengel Michaël 165  
Excuses en sabotage ombuigen 127  
Gebed om los te komen van een situatie 167  
Gebed voor het aantrekken van liefdevolle mensen 178  
Gebed voor het loslaten van voedselcravings 90  
Gebed voor het verwijderen van ongewenste energieën 167  
Gebed voor het vinden van je zieledoel 33  
Gebed voor het zijn van je authentieke zelf 196  
Het kruinchakra openen met aartsengel Uriël 193  
Intensieve reiniging van kristallen 147  
Intuïtieve 'ja' en 'nee' 95  
Je intuïtie versterken 94  
Jezelf energetisch beschermen 46  
Maak een zoutspray voor onderweg 50  
Meer innerlijke rust 169  
Negativiteit oplossen met aartsengel Haniël 135  
Ontmoet de engel die voor jou bestemd is 76  
Opladen van kristallen 148  
Programmeren van kristallen 148  
Reinig je chakra's met behulp van kristallen 116  
Rozenspray 92  
Smudgen van ruimten en je aura 140  
Stappenplan voor succes: op weg naar jouw hartewensen 180  
Vergeving 136  
Visionboard 188  
Vragen voor meer zicht op jouw hartewensen 179  
Wees een engel op aarde 210  
Werken aan harmonieuze relaties met aartsengel Raguël 160  
Werken met orakelkaarten 85

# Inleiding

Beste lezer,

Dank je wel dat je dit boek hebt aangeschaft. Het feit dat je dit boek nu in handen hebt, is geen toeval. Waarschijnlijk voel jij je aangetrokken tot engelen en heb je een of meer wensen die in je hart wonen en die je eigenlijk wilt gaan (be)leven. Maar misschien weet je niet hoe? Ik voelde mij geleid door engelen om dit boek te schrijven met het doel om jou te helpen om nu precies dat te gaan doen. Ik geloof – en ik heb ondervonden – dat je dromen niet voor niets hebt. Dat je dromen belangrijke richtingaanwijzers zijn van je ziel, ook wel ‘zieledoelen’ genoemd. Met andere woorden: dat wat je in je hart wenst maar waarvan je vaak denkt dat het te mooi is om waar te zijn. En laat dit nu precies hetgeen zijn wat voor jou weggelegd is in dit leven. Het is jouw geboorterecht om je hartewensen te leven.

In dit boek lees je hoe je wonderen kunt creëren met je engelen en hoe je vervolgens jouw hartewensen kunt gaan beleven. Hoe je eventuele blokkades of angsten die bij sommige van je zieledoelen omhoog kunnen komen, kunt loslaten. Je kunt je zieledoelen en hartewensen ontdekken



als je contact maakt met je (ware) zelf en met wat er leeft in jouw hart. Je beschermengelen zijn jouw persoonlijke hemelse helpers, aangesteld om jou te helpen bij het beleven van jouw hartewensen.

Dit boek is een stoomcursus contact maken met je beschermengelen en aartsengelen, zodat jij kunt ervaren dat het leven nieuwe hoogtepunten kan bereiken en dat jij je hartewensen gemakkelijker kunt verwezenlijken wanneer je samenwerkt met jouw engelen. Kortom: hoe creëer je wonderen in jouw leven?

Tijdens mijn persoonlijke ontwikkelingsreis in dit leven heb ik geleerd dat alles wat ik meegemaakt heb, mij heeft gebracht waar ik nu ben. Dat een 'crisis' mij niet voor niets overkwam; dat het een roep was van mijn ziel om een andere weg in te slaan.

Ik heb een uitdagende jeugd gehad waarin ik te maken had met misbruik. Maar ik erken dat ik door mijn jeugd waardevolle eigenschappen heb kunnen ontwikkelen, zoals kracht, doorzettingsvermogen, creativiteit, sterk mediamieke gaven en zelfstandigheid. Natuurlijk had ik mijn jeugd liever anders gezien, maar precies deze ervaringen waren de perfecte leerschool voor mij. Ik heb een zeer sterk ontwikkeld intuïtief vermogen dat gepolijst is vanaf mijn jeugd. Door de zelfhulpboeken die ik toen las, heb ik al jong kennisgenomen van de waarde van positief denken, hoe emoties verantwoordelijk kunnen zijn voor klachten in het lichaam, en het belang van vergeving. Ik zie vandaag de dag ook hoe deze 'ervaringsdeskundigheid' ondersteuning en verdieping geven bij mijn werk als reader/healer.

In 2007 maakte ik een andere crisis door: ik kreeg een auto-ongeval waaraan ik forse restklachten zou overhouden. Na een langdurig traject in het reguliere medische circuit,

inclusief een opname in een revalidatiecentrum, was ik uitbehandeld. Ik zou met de restklachten moeten leren leven, volgens de artsen. In die periode kwamen de aartsengelen prominent in beeld. Ik ging er meer over leren en begon te werken met engelenenergie. Ik werd miraculeus geheeld. En ik ontdekte dat mijn leven door de aanwezigheid van engelen naar een hoger plan getild werd. Plus dat ik niet alleen ben, noch alles alleen hoeft te doen. En dat geldt ook voor jou!

Ik geloof dat je niet voor niets op deze aarde bent, maar dat je een taak of levensdoel te vervullen hebt. Ik ben ervan overtuigd dat het leven altijd beter en leuker kan worden. Door je authentieke zelf te zijn, kun je jouw unieke talenten en passies met de wereld delen en zo jouw licht op de wereld werpen, terwijl je gaandeweg anderen kunt inspireren om hetzelfde te doen.

Dit boek is voor jou als je meer innerlijke rust en meer zelfvertrouwen wilt ervaren. Als je meer uit het leven wilt halen of behoefte hebt aan antwoorden op (levens)vragen. Het goede nieuws is dat oplossingen dichterbij zijn dan je denkt... Je beschermengelen zijn altijd bij je. Waarschijnlijk hebben zij je ook naar dit boek geleid. Je kunt dit boek zien als een uitnodiging van je beschermengelen om meer met hen samen te werken en/of om je leven te helen. Nu is de tijd om jouw hartewensen te gaan beleven. Het zou mij een eer zijn als ik je daarbij kan helpen en begeleiden.

In dit boek beginnen we bij het begin: de eerste stap bij het vervullen van je hartewens is om inzicht te krijgen. En dat is wat deel 1 je biedt: inzicht in jouw situatie, en zicht op jouw specifieke zieledoelen. Ik beantwoord in dit deel ook veelgestelde vragen uit mijn praktijk. Daarnaast deel

ik kennis die ik tijdens verschillende opleidingen én in de praktijk heb opgedaan.

Deel 2 van dit boek laat je zien wat engelen en beschermengelen zijn, hoe je je communicatie met engelen naar een hoger plan kunt tillen en hoe je in je dagelijks leven met beschermengelen kunt samenwerken.

In deel 3 leer je over helingsmethoden en relaties, inclusief die met jezelf, en hoe dit allemaal een rol speelt in het verwezenlijken van jouw hartewensen.

Deel 4 vertelt hoe je je hartewensen kunt gaan beleven. Informatie ter inspiratie en om in verbinding te blijven. Want stappen zetten moet je misschien zelf doen, maar je hoeft het niet alleen te doen!

In deel 5 lees je hoe ik van mijn hooggevoeligheid (als Indigo) mijn kracht hebt gemaakt, hoe engelen zichtbaar zijn in mijn leven en hoe ik mijn hartewensen beleef.

Niet alle informatie in dit boek zal nieuw voor je zijn. Ik wil je vragen om, wanneer je iets leest wat je eerder hebt gezien of gehoord, die informatie niet meteen af te doen met: 'Dat weet ik al.' Want wat dééd je tot nu met deze informatie en hoe is dat zichtbaar geworden in jouw leven? Iets echt weten ofwel 'meesteren' doe je pas als je daar ook echt resultaat van ziet in jouw leven. Dan heb je je die kennis eigen gemaakt. Soms hebben wij het als mens echter gewoon nodig om iets vaker te horen voordat die informatie ook echt indaalt, voordat we het écht weten en er dus ook naar gaan leven. Een vraag die je jezelf kunt stellen wanneer je jezelf betrapt op die 'dat weet ik (al)'-gedachte, en die je zal aanmoedigen om het meesteren te versnellen, is: 'Wat kan ik hiervan leren?' Deze vraag nodigt je uit om de informatie met een open blik te bekijken. Je zult ontdekken dat je alsnog iets nieuws leert en/of kennis verdiept.

Daarom is dit boek is meer dan een leesboek. Het is een *werkboek* dat vol staat met praktische tips, meditaties en oefeningen, waarmee je direct aan de slag kunt om meer innerlijke rust te creëren en blokkades op te heffen. Zodat je meer energie krijgt om te doen wat nu werkelijk belangrijk voor jou is. Achter in dit boek vind je een verklarende woordenlijst voor aanvullende uitleg over termen die ik gebruik.

Een waarschuwing is misschien wel op haar plaats. Want wanneer je daadwerkelijk aan de slag gaat met de stof in dit boek, de oefeningen en het energiewerk doet, kan je leven drastisch veranderen – in positieve zin welteverstaan. Ik spreek uit ervaring. Toen ik meer vanuit mijn intuïtie ging leven, voelde ik me geïnspireerd om mijn ervaringen op te schrijven. Ik wist dat dit op een dag de basis zou zijn van een boek. Dat is het boek geworden dat hier nu voor je ligt.

Dromen komen uit! Ben jij er klaar voor om het beste uit jouw leven te gaan halen en om jouw hartewensen te gaan beleven? Zo ja, dan wil ik je uitnodigen om door te gaan naar deel 1 en daarmee de eerste stap te zetten. Maar eerst nog even dit:

### **Bericht van je beschermengelen**

‘Wij, je beschermengelen, zijn altijd bij je. Het is onze vreugde om je te helpen om je diepste hartewensen te gaan beleven. We zijn verheugd dat je dit boek vond en daarmee onze uitnodiging om meer in verbinding te treden, lijkt te accepteren. Weet dat we altijd om je heen zijn en waren. We willen en kunnen je met alle aspecten in je leven helpen en dat is ook onze enige taak. Wij, je beschermengelen, zijn er alleen voor jou en we hebben niets anders te doen dan jou lief te hebben en jou aan te moedigen om de voor jou beste keuzes te maken.

Welke keuze jij ook maakt in je leven, we staan achter je zonder oordeel. In onze ogen bestaat geen goed of fout, enkel ervaringen en levenslessen. Wanneer je ons vraagt om interventie, leiden en sturen we je graag op het pad dat jou de meest vreugde en voldoening schenkt in jouw leven. We houden onvoorwaardelijk van je.'

In licht en liefde,  
je beschermengelen

# *Deel 1*

## Je hebt je dromen niet voor niets



In dit deel lees je waarom je op aarde bent geïncarneerd, over de vergetelheid die daarna optreedt en hoe je vervolgens de vóór je incarnatie gekozen lessen en ervaringen (ofwel zieledoelen) beleeft. Je ontdekt dat je, om je zieledoelen te leven, een persoonlijk 'zieleteam' hebt, onder anderen bestaande uit je beschermengelen, en dat dat team je met alle aspecten van je leven hier op aarde helpt. Je beschermengelen willen graag met je

Elders in dit boek ga ik wat dieper in op het werken met kristallen en aartsengelen.

### Werken met aartsengelen

Je kunt aartsengel Michaël vragen om je te *shielden* ofwel energetisch te beschermen. De aartsengel zal op jouw verzoek dan je aura vullen met zijn beschermende licht. Je kunt hem ook vragen om zijn beschermde schild te lenen.

*call to action*

### Jezelf energetisch beschermen

Ga rustig zitten en adem een paar keer in en uit. Vraag aartsengel Michaël om bij je te komen en om je te *shielden*.

Je kunt aartsengel Michaël eerst vragen om alle energieën van entiteiten en aardgebonden geesten uit je lichaam, geest, ziel en aura te verwijderen en dan vragen om je te *shielden*.

Blijf dan rustig een paar minuten zitten terwijl je voelt, weet of ziet dat de aartsengel je lichaam, geest, ziel en aura energetische reinigt en daarna je energieveld vult met zijn beschermende paarsblauwe licht.

Bedank vervolgens de aartsengel voor zijn werk. En dan kun je verder met je dag. Dit licht zal je ongeveer 12 uur energetisch beschermen tegen lagere energieën en psychische aanvallen.

## Aartsengel Haniël



Aartsengel Haniël kan je begeleiden bij het leren omgaan met (toenemende) spirituele gevoeligheid. Ze stimuleert je om te luisteren naar je intuïtieve kant: het deel dat luistert naar ingevingen en het 'onderbuikgevoel' dat je daarbij kunt ervaren.

Met haar zachtblauwe energie kan Haniël je op verschillende manieren van dienst zijn. Ze zorgt ervoor dat negativiteit oplost, zowel van jezelf als van anderen. Ze helpt je graag met het loslaten van oude gewoonten en problemen, en met 'vrouwenproblemen' op fysiek, mentaal en spiritueel niveau. Haniëls blauw is een blauwachtig wit, zoals de maansteen.

Je kunt met de energie van aartsengel Haniël werken door het dragen van de maansteen, die in verbinding staat met haar energie. Loop bij vollemaan in het maanlicht en je zult haar aanwezigheid voelen.