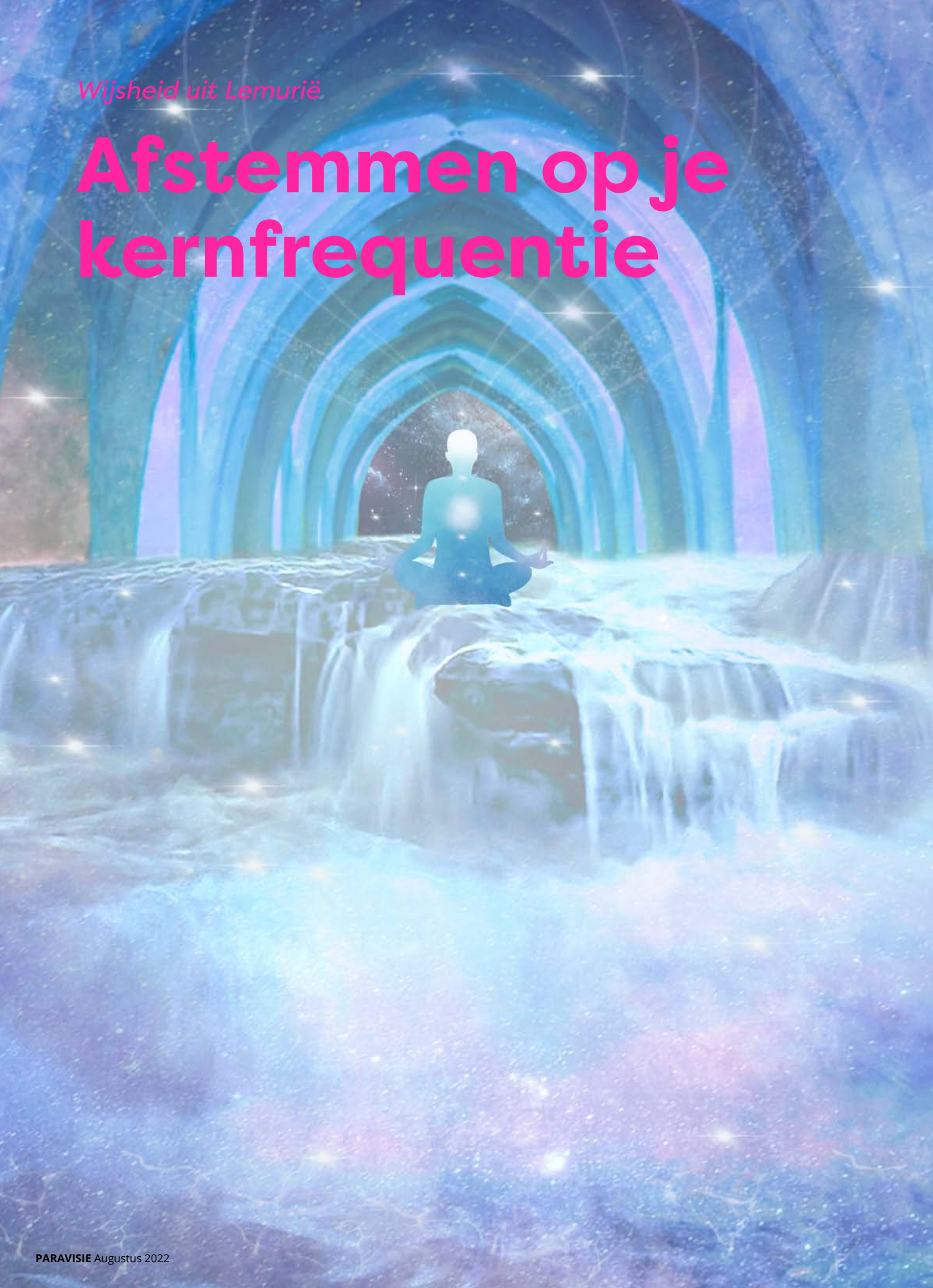


Wijsheid uit Lemurië

Afstemmen op je kernfrequentie



Ken je dat gevoel? Dat je even helemaal uit je eigen trilling bent? Dat het lijkt alsof je met je eigen ziel uit de pas loopt? Dat je niet je lichtste pad bewandelt? Het gebeurde een goede vriend van lichtwerker Cathelijne Filippo. Door omstandigheden in zijn leven en vooral in de wereld, zat hij niet goed in zijn vel. Hij vertelde Cathelijne dat hij even helemaal uit zijn trilling was en hij vroeg om wat ‘lichtondersteuning’. Zo kwam als vanzelf een nieuwe vorm van heling tot stand: Lemurische Zielsheling! Cathelijne: “Niet zo gek wellicht, omdat wij beiden zielen zijn die tijdens Lemurië hebben geleefd. De heling hielp hem om terug te keren in zijn trilling, en wel in zijn ware trilling: zijn kernfrequentie.”

TEKST & BEELD: CATHELIJNE FILIPPO



Cathelijne Filippo

Mijn in de inleiding genoemde vriend is zeker niet de enige. Wanneer je sensitief bent, spiritueel, een lichtbrenger of lichtwerker, dan is dat wat er op Aarde gebeurt en in het collectieve veld ‘hangt’ zeer voelbaar. Je kunt deze energie als het ware in je opnemen en er op mee gaan trillen. Voor je het weet zakt je trilling dan, omdat je meer afgestemd bent op de stress om je heen dan op je eigen

mooie ziel. Hoe keer je dan terug in je eigen trilling en dan met name die van je ziel?

Wel of niet de juiste trilling?

Wanneer je leeft vanuit jouw kernfrequentie, dan ben je afgestemd op je eigen ziel en diens vibratie. Je zou kunnen zeggen dat het licht van je ziel vrijelijk door je heen stroomt. Daardoor is het ook makkelijker om zielstaken op je te nemen, je zielsmissie vorm te geven en je leven vol vreugde te leven. Niet alleen maakt dat dat je meer vervulling ervaart, je trekt ook sneller gelijkgestemde zielen aan. Daarnaast draag je bij aan het hoogste goed op de planeet en help je bij het creëren van een Nieuwe Aarde. Hoe weet je nou eigenlijk of je wel of niet in je kernfrequentie bent? Wanneer dit niet het geval is, kun je het gevoel hebben dat je jezelf in de weg zit. Wellicht ben je sneller geïrriteerd. Je kunt een zekere moedeloosheid

voelen over het leven, alsof je leven er niet toe doet. Dit kan gepaard gaan met onzekerheid en een gebrek aan flow. Je kunt het gevoel hebben dat je energie stilstaat en je geblokkeerd en ongeïnspireerd bent. Een belangrijk teken aan de wand is dat je geen verbinding voelt met je ziel en je bron. Je innerlijke sprankeling mist. Soms kan het ook een subtielere gewaarwording zijn dat je energie niet ‘eigen’ voelt. Ben je wél in je kernfrequentie, dan is er juist een bezieldeheid en een innerlijk weten dat je op de juiste plek bent. Dan weet je, ondanks wat er zich eventueel afspeelt in de wereld, dat er een diepere reden voor alles is. Je voelt je dan in harmonie met jezelf en het leven. Je bent vol zelfvertrouwen en in een prettige flow. Je voelt je geïnspireerd en afgestemd op je ziel, terwijl je op hetzelfde moment ook goed gegrond bent. Je leert je zielslessen en weet wat je zielsmissie hier op Aarde is.

De Lemurische weg

Hoe zou het zijn om vanuit de kernfrequentie van jouw ziel te leven en zo jouw hoogste en lichtste pad te bewandelen? De Lemuriërs van weleer wisten precies hoe dat was en ook de Lemuriërs die op dit moment in de vijfde dimensie in Telos (lichtstad die onderdeel uitmaakt van het onderaardse Agarthanetwerk) verblijven doen dat. Wanneer we leren leven vanuit het vijfdimensionale bewustzijn, bewegen we dichter naar de eenheid. Dat betekent ook dat we leven in eenheid met onze ziel. Jouw ziel heeft dit leven gekozen om die weg te gaan: een weg vanuit een hoger bewustzijn. De Lemurische Lichtmeester Adama uit Telos vertelt je er in het boek *Lemurische Zielsheling* het volgende over:

‘Vanuit je Ziel leven is de grootste vreugde die er is voor een mens op Aarde. Voor een Ziel is het leven door middel van een menselijk voertuig de grootste gift die er is. Het brengt zó’n diepe variëteit van ervaringen en zó’n diepte in de lessen die geleerd worden. Wanneer de Ziel door de sluier heen breekt die de menselijke persoonlijkheid scheidt van Al Wat Is, wanneer de Ziel en de mens samengaan, dan kunnen er prachtige dingen gebeuren. Er kan immense vreugde plaatsvinden en de zielsgroei kan als nooit tevoren zijn.

Het mooie van nu op Aarde leven is dat, ook al leef je nog in een prominent dualistische wereld met al zijn polariteit en chaos, de wereld door de fotonengordel heen beweegt. De Aarde verhoogt daardoor haar vibratie en de mensheid heeft de kans om hetzelfde te doen. Dit is de tijd waarop wij Lemuriërs hebben gewacht. Ook al is de uitrol ervan in geen geval makkelijk voor jullie op de oppervlakte van de Aarde, wij zijn hier in Telos en in de andere Lichtsteden van de Binnenaarde om jullie te steunen, om jullie cheerleaders te zijn. Wij zijn hier om jullie eraan te herinneren wat er mogelijk is en hoe het kan zijn als je leeft vanuit 5D-bewustzijn (en nog hoger bewustzijn). Terwijl de vibratie op Aarde stijgt, kan de trilling van de mens dat ook doen.

Maar dit is helemaal aan jullie. Het is een beetje als een surfer op zee. Je kunt de golf pakken en een verrukkelijke tijd beleven, of je kunt door de golf overspoeld worden. De keuze is aan jou.

Je Ziel heeft een kernfrequentie waar jij je op af kunt stemmen. Je Ziel kan je verheffen naar diens frequentie. Wanneer dit gebeurt, zal je leven zich in een heel nieuwe stroom afspelen. Je zult zo veel meer openstaan voor de spirituele begeleiding in je leven. Je zult openstaan voor de synchroniciteiten op je pad en de prachtige tekens die je Ziel je stuurt. Ook zul je je frequentie verhogen, wat je dichter bij ons brengt, bij de Lemuriërs in de 5D-stad van Licht. Het zal je helpen om met ons en met je Ziel te communiceren. Het zal je jouw zielskwaliteiten en -gaven doen belichamen: de ware vibratie van je Ziel. Hoe meer mensen dit doen, hoe meer de vibratie van de mensheid zal stijgen, samen met de vibratie van de Aarde. Samen zullen jullie elkaar omhoogstuwten. Wanneer de Aarde haar vibratie verhoogt en de mensheid hetzelfde doet, zal dit zijn als een opwaartse dubbele helix, gelijkend op jullie DNA. Dan gaat jullie vibratieverhoging hand in hand. Dat is het eindspel.

Maar de vrije wil blijft altijd van kracht. Het is dus aan jou je keuze te maken. Het is mijn wens dat je je Ziel herinnert. Dat je haar steeds vaker bespeurt. Dat je haar door je hart voelt fluisteren. Waar we ook zijn op Aarde en in welk lichaam we ook leven, we zijn allemaal samen. We zijn allen een deel van de Eenheid. We spelen allemaal onze rollen. We leren allemaal onze lessen en we groeien. Het is mijn wens dat je dit mag doen door middel van vreugde, Liefde en Licht.

Ik Ben Meester Adama'

De ups en downs van het leven

Het is volstrekt normaal dat onze trilling door de tijd heen fluctueert, zoals alles op Aarde dat doet. De ene dag hebben we meer energie dan de andere. De ene keer voelen we ons meer geïnspireerd dan de andere keer. Soms zit het leven heerlijk mee en is het veel makkelijker om ons afgestemd te voelen op onze Ziel. Op andere momenten

worden er pittige uitdagingen op ons pad geplaatst, voelen we ons verdwaald en weten we even niet waar onze weg ons heen voert. Het hoort allemaal bij het incarneren als mens. En toch kun je er bewust voor kiezen steeds meer vanuit de verbondenheid met je eigen Ziel te leven. Het leven vanuit je kernfrequentie vraagt een steeds weer aanwezig zijn in het moment. Het nodigt je uit je bewust te zijn van je innerlijke licht en wat jij hier op Aarde komt doen. De tips in het kader helpen je hierbij. •

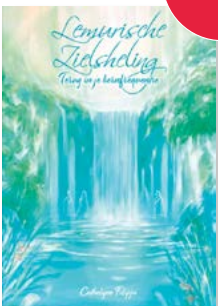
15 tips

Tips om terug te keren in je eigen kernfrequentie.

1. Grond je stevig in je aardesterchakra (deze bevindt zich 20-30 centimeter onder je voeten)
2. Rust uit wanneer je je moe voelt
3. Maak tijd voor zelfzorg
4. Sta in contact met je gevoelens
5. Wees aanwezig in het hier en nu
6. Centreer je in je hart/beoefen hartcoherentie
7. Volg je vreugde (doe meer van wat je vreugde en vervulling geeft)
8. Beoefen dagelijks dankbaarheid
9. Beoefen compassie
10. Laad op in de natuur
11. Omring je met gelijkgestemde Zielen
12. Nodig je Hoger Zelf en Ziel iedere ochtend uit om je door je dag te begeleiden
13. Vraag jezelf bij het maken van keuzes af: wat zou mijn ziel doen?
14. Vraag je spirituele gidsenteam om hulp
15. Doe visualisaties en meditaties gericht op het uitnodigen van je ziel en het afstemmen op je kernfrequentie

Een fijne oefening om af te stemmen op jouw kernfrequentie vind je hier: youtu.be/pUgdlu5v7S4

WIN!



Wil jij het boek *Lemurische Zielsheling* van Cathelijne Filippo winnen? Stuur dan een mail naar cathelijne@angellighthouse.nl en vertel waarom jij dit boek graag wilt ontvangen. Wil jij je verbinden met de Lemurische wijsheid en deze in jezelf tot ontwikkeling brengen? Je leest meer over de Lemurische energie en wijsheid van Meester Adama in *Lemurisch Lichtwerk* en *De helende kracht van vreugde*. Ook kun je er contact mee maken via de *Lemurische Lichtkaarten*. www.angelsco.nl | www.angellighthouse.nl | www.lightworkportal.nl