

Architect van je lichaam, drager van je blauwdruk

Ontmoet je lichaams- elementaal

De meeste lezers van ParaVisie zullen bekend zijn met het idee dat we allemaal een beschermengel hebben. Onze beschermengel weet wat onze diepste dromen en doelen zijn en overziet de levenslessen die onze Ziel voor deze incarnatie uitzocht. Beschermengelen zijn er om ons te beschermen en ons te helpen ons zielepad te bewandelen.

Wat je misschien niet weet, is dat je lichaam ook een beschermer heeft. Deze is afkomstig uit de sfeer van de natuurengelen; het is je lichaamselementaal! >

Tekst: Cathelijne Filippo

*‘Je kunt je
lichaamselementaal
vragen de delen
van je lichaam die
uit balans zijn te
herprogrammeren’*



We zijn spirituele wezens in een menselijk lichaam. Dat betekent dat onze Ziel afkomstig is van het licht, uit de Bron. Ons lichaam is daarentegen afkomstig van de aarde. Zo brengen wij in onszelf hemel en aarde samen. Waar je beschermengel zorgt voor de bescherming van het plan van je Ziel, zorgt je lichaamselementaal voor de veiligheid en dus ook het welzijn van je fysieke lichaam.

Mannelijk wezentje

Ik leerde mijn lichaamselementaal kennen toen ik in 2011 op vakantie was in Italië. Omdat ik jaren te kampen had gehad met het Chronisch Vermoeidheidssyndroom, had ik geleerd heel rustig aan te doen. Ik was wat voorzichtig geworden met beweging, omdat ik het tijden niet had kunnen doen. Die warme dag in juni in Toscane waren we gaan wandelen naar thermische bronnen in een bebost gebied vol steile paden over droge aarde. De bomen waren prachtig, met kronkelige stammen en bladeren die het zonlicht filterden. Het deed me goed daar te wandelen, ook al was het heel inspannend, en ik bedankte Moeder Aarde voor haar schoonheid en voor het geven van leven. Die avond kwam ik in contact met mijn lichaamselementaal. Het was heel onverwacht, want ik wist niet eens dat ik een lichaamselementaal had! Dit wezen hielp me eraan herinneren dat ik me wel zorgen kon maken over de inspanning, maar dat mijn lichaam op dat moment heel blij was geweest te kunnen doen waar ze voor gemaakt is: een drager te zijn van licht die beweegt met

kracht. Zo ontstond de samenwerking met mijn lichaamselementaal, die zich overigens op een nogal atypische manier liet zien. Ik zag een vrij mannelijk wezentje, met een Keltisch aandoende naam. Meestal is het echter zo dat je lichaamselementaal zich laat zien als een soort kleine kopie van jezelf. Ik begreep later dat hij zich zo toonde, omdat ik een enigszins negatieve relatie had met mijn lijf. Hij heeft dus een vorm aangenomen van een vorig leven, waar ik makkelijker mee zou kunnen communiceren.

Architect

Ook schrijfster Tanis Helliwell beschrijft in haar boek *Fen zomer met het kleine volkje* haar ervaringen met haar lichaamselementaal. Tijdens haar ervaring veranderde de lichaamselementaal eveneens van vorm. Ze zag een onduidelijke verschijningsvorm, die als een soort amoëbe door haar lichaam bewoog, steeds krimpand en dan weer expanderend. Soms was het zo groot als haar lichaam en lag het volledig over haar heen, op een ander moment concentreerde het zich in een specifiek deel van haar lichaam. Mijn lichaamselementaal kan nog weleens met de handen in het haar zitten, omdat ik nogal een eigenwijs mens ben die lang niet altijd goed luistert naar de signalen van mijn lichaam. Bij Tani was de lichaamselementaal zelfs behoorlijk boos. Het gaf aan bij haar geweest te zijn vanaf haar allereerste leven op de planeet en daarom verbolgen te zijn dat ze niet eens wist wie haar lichaamselementaal was! De lichaamselementaal vertelde haar de architect te zijn van haar, ieder leven opnieuw

opgebouwde lichaam, waarbij alle krachten en wonden uit vorige existenties meegenomen werden. Dit natuurwezen blijft in je lichaam tot je overlijden, om te zorgen dat alles tot dat moment zo goed mogelijk blijft werken. De rol van lichaamselementalen is dus alles te laten groeien naar het Goddelijke ontwerp dat eraan ten grondslag ligt. De lichaamselementaal van Tani vertelde dat elke lichaamelementaal meegroeit met zijn of haar mens. Hun bewustzijn wordt dus door de levens heen complexer, zoals dat ook voor ons geldt. Ze zijn eigenlijk een spiegel van ons. Ze houden onze herinneringen voor ons vast en groeien door middel daarvan met ons mee. Wanneer we dus ons lichaam herprogrammeren met positieve gedachten en gevoelens, dan versnelt dit niet alleen onze eigen evolutie maar ook die van onze lichaamelementaal.

Een helende boodschap

Eén van de boodschappen van mijn lichaamelementaal was om meer aanwezig te zijn in het hier en nu en me minder bezig te houden met pijn uit het verleden en plannen voor de toekomst. "Wanneer je één bent met je Ware Zelf en aanwezig bent in het Nu, dan kun je jezelf helen." Ieder lichaamelementaal zal beamen hoe belangrijk het is aanwezig te zijn in het hier en nu. Dat is de enige manier om echt naar je lichaam te leren luisteren, zodat je in contact staat met de wensen en behoeften van je lichaam en passende actie kunt ondernemen. Wanneer we gaan werken aan vitaliteit, of we dat nu doen vanuit gezondheid, ziekte of een klacht, kunnen we de neiging hebben ons aan allerlei regeltjes en plannen vast te houden om zo ons lichaam te 'managen'. Dat is althans altijd mijn aanpak geweest en mijn lichaamelementaal was (en is) daar bepaald niet over te spreken. Je lichaam managen, forceren of onderdrukken is niet de manier. Ik ontving er in het heerlijke Italië de volgende boodschap over:

"Je lichaam is een planeet op zichzelf. Een wereld van zichzelf. Het kan groeien en bloeien wanneer je luistert naar diens wensen en behoeften. Je bent niet je lichaam. Je lichaam is de drager van je Ziel. Maar pas wanneer je in het NU leeft en in synchroniciteit leeft met je lichaam, kun je een samenwerkend geheel vormen en is er niets wat je lichaam niet voor je wil doen. Je lichaam wil dat je speelt. Dat je je koestert in de zon. Je lichaam wil bewegen met gratie en kracht. Het wil dat je van het leven geniet. Het wil dat je gegrond bent op de aarde. Het wil dat je je herinnert dat je met een specifieke reden in dit lichaam bent geïncarneerd. Je lichaam komt van de aarde en om zich goed en gezond te voelen, moet het iedere dag in verbinding staan met Moeder Aarde. Al is het maar voor vijf minuutjes, al is langer en mindful beter. Je lichaam is zo'n prachtig en wonderbaarlijk voertuig. Het is een creatie van schoonheid en het heeft jouw aandacht en waardering nodig. Jouw lichaam is een heel sensitief afgesteld voertuig. Je Ziel heeft het juist daarom uitgekozen. Je lichaam reageert op de stimuli om je heen en vertelt je precies wat voor je hoogste goed is en wat niet. De tiran van het denken negeert echter haar aanwijzingen. Omdat je niet luistert, gaat het volume van je lichaam omhoog. Je lichaam wordt simpelweg luider; tot je wel luistert."

Vijf tips

Gelukkig kreeg ik er ook vijf simpele aanwijzingen bij, die me zouden helpen om meer aanwezig te zijn in mijn lichaam en er beter voor te zorgen. Ze zijn heel simpel en zeker niet nieuw, maar vragen wel dat je je er bewust van bent:

- Wees aanwezig in het hier en nu.
- Luister naar je lichaam.
- Fer je lichaam door er goed voor te zorgen. Kom tegemoet aan de behoeften van je lichaam en wees er liefdevol voor.
- Zorg dat je verbonden bent en blijft met de natuur; want je lichaam is een deel van de natuur.
- Geniet van het leven met volle teugen.

Deze werkwijze houdt je niet alleen gegrond, het helpt je ook de hogere frequenties van je Ziel te verankeren. Zo kun je een zinvoller, spiritueler en creatiever leven leiden.

Drager van jouw blauwdruk

Juist toen ik het hoofdstuk over de lichaamelementaal voor mijn derde boek *Leef vanuit je Ziel, met de elfen, draken, eenhoorns en andere lichtwezens* schreef, ontving ik via Ronna Herman een channeling van aartsengel Michaël over de lichaamelementaal. Aartsengel Michaël gaf in deze channeling aan dat we allemaal een geïndividualiseerd zaadatoom van ons Goddelijke Zelf bezitten. Dit wordt het *Adam/Eve Kadmon Body* genoemd, ofwel het lichaam van de oorspronkelijke mens. Dit lichtlichaam zou gemaakt zijn door de Elohim, zeer krachtige engelen, die wel de Bouwers of de Heren van Licht worden genoemd. Volgens deze channeling bevat je lichaamelementaal de herinnering aan deze Goddelijke Blauwdruk van je hoogste lichtlichaam. Ons elementaalwezen bevat dus de kennis van de hoogste en zuiverste versie van ons lichaam.

Het mooie is dat je volgens *Een zomer met het kleine volkje* je lichaamelementaal kunt vragen die delen van je lichaam die uit balans zijn te herprogrammeren. Ook kun je met de lichaamelementalen van andere mensen praten, wat natuurlijk ook een mooi gegeven is voor healers. >

AFFIRMATIE

Ik werk samen met mijn lichaamelementaal en zorg goed voor mijn lichaam. Door goed voor mijn lichaam te zorgen, kan mijn Ziel doen wat deze hier op aarde komt doen. Ik ben een spiritueel wezen in een menselijk lichaam.

Je lichaamselementaal zorgt voor de veiligheid en dus ook voor het welzijn van je fysieke lichaam'

Meditatie

Deze meditatie kun je doen in je eigen, veilige omgeving. Je kunt bijvoorbeeld voor je altaar zitten of heerlijk op bed gaan liggen. Zet je voeten stevig op de grond. Voel hoe je ondersteund wordt door de stoel. Wanneer je ligt, wees je dan bewust van hoe je hele lijf rust op de ondergrond.

1. Adem een paar keer diep in en uit. Voel jouw aardesterchakra 20 tot 30 centimeter onder je voeten. Zie voor je hoe deze bol van licht jou verbindt met de kern van de aarde en het kristallijne raster om de aarde. Laat het licht via je voeten je lijf vullen en dan je aura. Weet dat je hierdoor helemaal beschermd bent.
2. Breng je bewustzijn nu helemaal in je lichaam. Adem naar je tenen, naar je voeten, naar je onderbenen, je bovenbenen en zo helemaal door tot aan je kruin. Geef ieder deel van je lichaam even aandacht en als je spanning tegenkomt, laat deze dan op de uitademhaling van je afglijden.
3. Stel je nu voor dat je op een heel rustgevende plek in de natuur bent. Nodig in gedachten je lichaamselementaal uit. Stel je dan voor dat deze naast je komt zitten. Wellicht zie je hem of haar als het ware uit je lichaam tevoorschijn komen.
4. Neem in je op hoe jouw elementaalwezen eruitziet. Maak rustig kennis. Vraag in gedachten wat diens naam is. Soms kan het even duren voordat je deze ontvangt. Dan is er eerst iets meer tijd nodig om een goede relatie op te bouwen. Forceer het niet, maar open je voor de fluistering van jouw lichaamselementaal.
5. Wellicht heeft hij of zij ook een boodschap voor je of wil je zelf iets vragen.
6. Wissel in alle rust uit. Je kunt je lichaamselementaal in gedachten een geschenk geven of wellicht wil je een bepaalde toezegging doen, zoals het vaker contact maken of het doorvoeren van een bepaalde verandering in je levenswijze.
7. Neem dan afscheid van deze plek, wetend dat je lichaamselementaal altijd heel dichtbij is en op ieder moment weer kan worden ontmoet.
8. Schrijf je inzichten op, zodat je er de komende tijd mee aan de slag kunt. •

CATHELLJNE FILIPPO IS DE AUTEUR VAN *DRAKENORAKKI*, *ENGELJEN OP JE PAD*, *ENGELJEN DOELBOEK*, *ENGELIENLICHT KAARTJES* EN *LEEF VANUIT JE ZIEL, MET DE ELLEN*, *DRAKEN*, *ENHOOORNEN EN ANDERE LICHTWEZENS*. JE LEEST MEER OVER HAAR WERK OP www.angellightheart.nl EN www.angelsco.nl. JE KUNT JE DAAR OOK OPGEVEN VOOR HAAR MAANDELIJKSE ENGELJEN- EN LICHTNIEUWS OF DE BLOG.