

Lemurische
Zielsheling
Terug in je kernfrequentie



Cathelijne Filippo
Angel Light Heart Press

Copyright © Cathelijne Filippo, 2022

Uitgever: Angel Light Heart Press

www.angellightheart.nl

www.angelsco.nl

www.lightworkportal.nl

Tekst: Cathelijne Filippo

Illustraties: Cathelijne Filippo

Redactie: Roelof Broekman

Cover kunstwerk: © Tamara Patrick, tamarapattick.com

Design en opmaak: Sheila Brand, SmartFoxCreatives.nl

Alle rechten voorbehouden. Met uitzondering van korte aanhalingen voor recensies en artikelen, mag niets uit deze uitgave, hoe dan ook, worden overgenomen zonder voorafgaande, schriftelijke toestemming van de uitgever.

Dit boek is bedoeld om je algemene informatie aan te bieden die je kan inspireren op je zoektocht naar mentaal, emotioneel en spiritueel welzijn en je kan ondersteunen op je spirituele pad. Wanneer je gebruik maakt van de oefeningen en meditaties, blijf je uiteraard zelf verantwoordelijk voor je eigen daden. De informatie uit dit boek is op geen enkele manier bedoeld als vervanging voor professionele gezondheidszorg.

ISBN 9789083044675

*Laat dit boek je helpen om de wortels
van je Ziel te herinneren.*

Laat het Lichtcodes van Lemurië naar je terugbrengen.

*Integreer je Zielswijsheid en die van de Lemuriërs,
zodat je die terug kunt brengen in je dagelijkse realiteit
met als doel je trilling te verhogen en het ascensieproces
te bevorderen.*

Neem via dit boek de Lemurische Lichtcodes in jezelf op.

Want deze wijsheid en energie is er voor iedereen.

*Verbind je opnieuw met je eigen Ziel en je ziels-
geschiedenis, met als doel de wijsheid van je levens in
Gouden Tijden terug te brengen.*

*Zo brengen we met elkaar de Nieuwe Aarde
in wording.*

Adama & Cathelijne

Inhoud

Inleiding	6
1. Zielsheling: Terug in je kernfrequentie	11
2. Zielezelven integreren	19
3. Lemurische communicatie met Al Wat Is	28
4. Het belang van je kernfrequentie voor het ascensieproces	42
5. Vreugde leidt je naar je Zielepad	49
6. Her-activering van het Gouden Licht	54
7. Je Ziel is altijd in je en jij bent altijd in je Ziel	65
8. Het oplichten van de Sluier	74
9. Van Monade tot Ziel	80
10. Hoe staat het met je trilling en zielsafstemming?	96
11. Wat heb je nodig om vanuit je Ziel te leven?	129
12. Contact met je Ziel	149
13. Het ego ten dienste van de Ziel stellen	172
14. Je zielsmissie	186
15. Zielsconnecties	219
16. Zielsaspecten uit de hogere dimensies integreren	236
17. Lemurische zielsheling als Lichtwerk	255
18. Lichtwerk vanuit je Ziel voor de Nieuwe Aarde	262
Nawoord van Meester Adama	279
Dankwoord	281
Bijlage 1. Reizen in je merkaba	283
Bijlage 2. Je aardesterchakra helen en activeren	286
Bijlage 3. Energetische voorbereiding op ascensiewerk	289
Bijlage 4. Heling van je vierlichamensysteem	294
Bijlage 5. Spirituele gidsenteam meditatie	296
Bijlage 6. Hartcoherentie	298
Glossarium	300
Over Angel Light Heart®	308
Over de auteur	309
Bronnen	311
Eindnoten	313

Oefeningen

Meditatie: Je kernfrequentie activeren bij de Lemurische, helende waterval	16
Oefening: Energie in je handen activeren	36
Oefening: Via je handen contact maken met de natuur	37
Oefening: De Poel van Gouden Licht	63
Oefening: Afstemmen op je Ziel	68
Meditatie: Afstemmen op je Ziel bij de Lemurische, helende waterval	93
Oefening: Je vibratieschaal visualiseren	96
Meditatie: Heling van het hart in de Tempel van de Roze Vlam	113
Oefening: Contact met je gevoel in moeilijke situaties	123
Oefening: Moetens en willen	138
Oefening: In de ochtend je Ziel uitnodigen.	140
Oefening: Versmelten met je Hoger Zelf	170
Oefening: Brainstormen over jouw zielsmissie	189
Oefening: Je Hoger Zelf vragen wat je zielsmissie is	190
Oefening: Lichtkwaliteiten in de Aarde verankeren	208
Oefening: Gewonde zielsdelen verwelkomen	243
Oefening: De Lichtcodes van je Ziel in de Aarde verankeren	253
Meditatie: De Lotus van je hart	259
Oefening: Meditatie voor de Nieuwe Aarde	268
Oefening: Je merkaba activeren en ermee reizen	284
Oefening: Je aardesterchakra activeren	286
Spirituele beoefening naar het werk van Joshua David Stone	289
Oefening: Je vier lichamen scannen en herstellen	294
Meditatie: Spirituele gidsenteam meditatie via de piramide van Licht	296
Oefening: De snelle coherentie (Quick Coherence®)	298

Inleiding

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 dat en ook de Lemuriërs die op dit moment in de vijfde dimensie in Telos verblijven doen dat. Wanneer we leren leven vanuit het vijfdimensionale bewustzijn, bewegen we dichterbij 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. Dat is de reden waarom je dit boek hebt opgepakt. Dit boek nodigt je uit om de weg te gaan naar een diepere samenwerking met je Ziel. Je aardse persoonlijkheid met het ego hoeven niet langer de boventoon te voeren. Door ze ten dienste te stellen van je Ziel, kun je werkelijk jouw zielsmissie gaan leven.

Dit boek ontstond nadat een lieve vriend van mij uit zijn kernfrequentie was geraakt. Ik mocht hem heling sturen en hieruit ontstond heel spontaan wat ik nu de 'Lemurische zielsheling' noem. Deze heling helpt ons om terug te keren naar de frequentie van onze Ziel. Terwijl deze heling zich ontvouwde, kwamen er steeds meer vragen over de Ziel naar me toe vanuit cliënten en ook vrienden. Terwijl ik op zoek ging naar de antwoorden op al deze vragen, kwam dit boek als vanzelf tot stand.

Ik heb het met name geschreven samen met de Lemurische Meester Adama, al komen ook mijn Lemurische Zelf en tweelingvlam uit een andere dimensie aan bod. Wie mijn boeken *Lemurisch Lichtwerk*, *Eenheidsbewustzijn* en *De helende kracht van vreugde* hebben gelezen, kennen Meester Adama al. Deze Lemurische Meester is woonachtig in de 5D-Lichtstad Telos onder Mount

Shasta. Hij begeleidt en inspireert mensen over de hele wereld om meer te leven vanuit het 5D-bewustzijn en de Lemurische waarden en wijsheid.

Voor ik het woord aan hem geef, vertel ik je graag dat ik schrijf met veel Liefde en dat ik channel met de hoogste zuiverheid die in mijn mogelijkheden ligt. Dat neemt niet weg dat ik een mens ben en daarmee dus alle informatie die tot me komt filter door mijn eigen Zijn. Dit kan maken dat ik dingen beschrijf zoals ik ze nu op dit moment het beste kan vatten en verwoorden. Over enkele jaren kan dat zich weer hebben doorontwikkeld.

De waarheid van al het Leven en de Schepping is oneindig groot. Wij als mens in de 3D-wereld kunnen daar slechts een deel van waarnemen. Naarmate we groeien, kan onze waarneming steeds helderder en zuiverder worden en krijgen we een steeds holistisch beeld. Er is echter geen goed en geen fout, en in mijn ogen heeft geen enkel mens op de oppervlakte van onze Aarde de volledige wijsheid in pacht. Volg dus altijd je eigen hart en vertrouw op wat daar resoneert. Het is mijn wens dat dit boek je mag inspireren en dat het je mag helpen om het contact met je eigen Ziel te vergroten en versterken, zodat je meer en meer jouw ware pad mag lopen.

Liefs en Licht,
Cathelijne

Geliefde lezer,

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.

Dit boek dat nu voor je ligt is een vreugde voor mij om samen met Cathelijne te schrijven. We hebben het voor jou geschreven om je te herinneren aan je Ziel en om je eraan te herinneren dat je Ziel een kernfrequentie heeft 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 afspeelen. 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 dichterbij 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 omhoogstuwen. 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 dit boek je helpt je Ziel te herinneren. Dat je haar steeds vaker bespeurt. Dat je haar door je hart voelt fluisteren.

Het is mijn wens dat je, door middel van de Lemurische zielsheling die in dit boek beschreven wordt, heling mag ervaren die je in staat stelt om je te herverbinden met je eigen Ziel, of deze nu Lemurisch is of niet.

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.

Lees dit boek alsjeblieft met de intentie dat het je hart mag openen en met de intentie dat je jouw Ziel dichterbij je uitnodigt. Lees het met een open hart en geest. Kijk waar het resoneert. Laat die resonantie door je heen gaan en je raken en je verheffen.

Als er delen zijn die niet resoneren, dan is dat ook prima. Laat het voor wat het is. Ieder van ons heeft zijn eigen weg te volgen en zijn eigen waarheid bloot te leggen en zijn eigen hart te volgen. Daarin is geen goed of fout. Er is slechts jij en je Ziel die samen op een magnifiek avontuur zijn.

Ieder boek dat ik mag schrijven met alle schrijvers die op de oppervlakte van de Aarde met mij in contact staan, is als een avontuur. Want ik weet dat ik dankzij dit avontuur wat van de wijsheid van de Telosianen en de Lemuriërs met je kan delen. Het maakt dat ik naar jullie kan reiken. Jullie zijn allen mijn broeders en zusters en ik voel een enorme diepe band met jullie allemaal.

*Van mijn Ziel naar de jouwe zend ik Licht.
Van mijn Ziel naar de jouwe zend ik Liefde.
En van mijn Ziel naar de jouwe zie ik jouw ware Licht.*

En zo is het.

Ik Ben Meester Adama