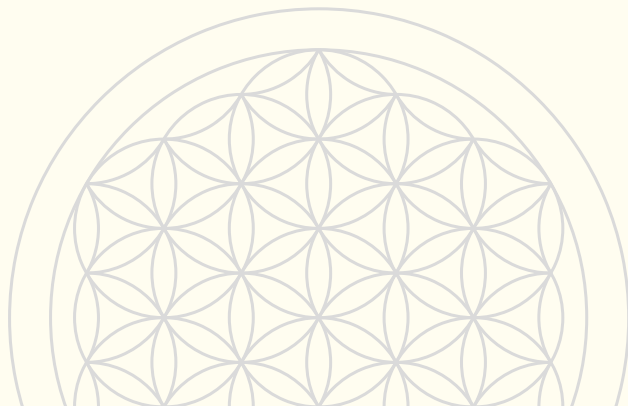




Dit dagboek is van



Inleiding



Heeft iemand je ooit verteld dat je een oude ziel bent? Zelfs mensen die niet zo met spiritualiteit of new age bezig zijn, gebruiken die term vaak. Het is een manier om de diepte van mededogen, aanwezigheid en eeuwenoude wijsheid te erkennen die een bepaald zielstype van nature in zich heeft. Lichtwerkers zijn een speciaal type oude zielen. Het zijn mensen die van het licht houden. In plaats van hun leven te richten op wat zij kunnen krijgen, worden zij van nature aangetrokken tot dat wat ze helpt te geven. Vooral als dat geven gaat over waarheid en inspiratie, een hoger doel en liefde.

Lichtwerkers worden gemotiveerd door de dingen die mensen helpen om een uitweg te vinden uit duisternis en lijden. Zelfs als zij zichzelf niet als healers zien, beschikken ze over een helende kwaliteit dankzij hun liefdevolle en gevende aanwezigheid en oprechte welwillendheid tegenover alle wezens.

Zelfs als zij liever geen opschudding zouden willen veroorzaken (omdat ze van vrede houden), gooien lichtwerkers toch vaak 'de knuppel in het hoenderhok'. Dat komt deels door hun goddelijke bestemming. Ze zijn voorbestemd om nieuwe overtuigingen te introduceren en dat kan reacties uitlokken bij de mensen die de status quo willen handhaven. Het kan in het begin moeilijk zijn om er niet bij te horen, maar wanneer lichtwerkers zich realiseren welke vrijheid dit met zich meebrengt, omarmen ze vaak hun unieke overtuigingen en drukken ze zich graag uit op uiteenlopende creatieve manieren.

Wanneer ze beseffen dat ze niemand hoeven te overtuigen en dat ze vrij zijn om hun waarheid te uiten en anderen vrijlaten om met die waarheid te doen wat ze maar willen, worden lichtwerkers een bron van energie voor veel mensen en lijken zij anderen de toestemming te geven om zelf te kiezen waarin ze geloven. In een maatschappij die grotendeels geconditioneerd is door angst, kan dit bevrijdend zijn en mensen helpen hun leven ten goede te veranderen.

Lichtwerkers voelen zich soms vermoeid door het gewicht van de wereld, alsof zij op de een of andere manier verantwoordelijk zijn voor het oplossen van de problemen die zij overal om zich heen zien. Zij zijn echt gemotiveerd – alsof zij van binnenuit spiritueel geprogrammeerd zijn – om een positieve bijdrage aan de planeet te leveren. Zelfs als ze dit soort taal niet gebruiken, erkennen zij instinctief dat een deel van hun spirituele doel erin bestaat om de hoeveelheid licht op aarde te verhogen. Wanneer ze leren dat ze niemand hoeven te redden en gewoon hun licht laten schijnen door zichzelf te zijn op positieve manieren, kunnen ze optimistischer worden.

Een belangrijke les voor lichtwerkers is om niet te vergeten dat ze eerst voor zichzelf moeten zorgen. Hoe meer ze anderen helpen, hoe meer verbinding, vrede en helderheid ze voor zichzelf nodig hebben. Wanneer lichtwerkers wanhoop, twijfel, angst of bezorgdheid beginnen te voelen, is dat een teken dat ze overbelast zijn geraakt, misschien met energie die niet van hen is en die hun vibratie verlaagt. Zoals een vogel die probeert te vliegen met stenen op zijn vleugels, kan hun van nature lichte geest dan zwaar aanvoelen, alsof ze niet kunnen ‘opstijgen’ of er niet in slagen om hun optimisme, hoop en plezier te vinden. Als dat gebeurt, moeten ze zich een tijdje afzijdig houden van anderen en zich terugtrekken in hun innerlijke wereld, misschien door een dagboek bij te houden, te mediteren of te rusten, en wat qualitytime nemen om zichzelf koesterende aandacht te schenken en hun eigen behoeften te vervullen. Zo kunnen hun lichtheid en energie op een natuurlijke manier terugkeren.

Lichtwerkers zijn gewone mensen, net als iedereen, en toch zit in hen iets unieks dat hen afzondert van de wereld waarin zij leven. Dat innerlijke verschil is zo diepgaand dat lichtwerkers zich soms kunnen afvragen of zij misschien aliens in mensenkleren zijn, met een gewoon uiterlijk maar diep vanbinnen het gevoel niet op hun plaats te zijn in deze wereld. De speciale categorie van supergevoelige lichtwerkers, die ik ‘sterrenkinderen’ noem, heeft het gevoel naar deze aarde te zijn gekomen vanaf een andere planeet, sterrenstelsel of ster! Deze zielen weten vaak dat ze hier zijn om anderen te dienen en te helpen, maar kunnen echt worstelen met het gevoel dat hun eigen waarden van liefde, vrede, een hoger bewustzijn en wijsheid in strijd zijn met een menselijke cultuur die vaak geobsedeerd lijkt met het verkrijgen van wereldse macht, ongeacht de spirituele kosten. Deze speciale wezens helpen om een verfijnd bewustzijn naar deze planeet te brengen, om de mensheid te verbeteren, maar vinden het vaak moeilijk om hun houvast te vinden in het begin van hun leven. Ze lijden zelfs aan een gevoel van spirituele ontheemding, waarbij ze zich afvragen of ze wel echt hier op aarde thuishoren.

Alle lichtwerkers, inclusief sterrenkinderen, zijn bedoeld om hier op aarde te zijn. Ze hebben echter vaak aanmoediging nodig om te leren de aarde te omarmen als een liefdevolle zielenbeschermer en haar vrijgevigheid en bescherming te voelen. Pas dan kunnen ze zich met vertrouwen settelen en zich echt aan hun levensreis wijden. Vaak moeten andere lichtwerkers herkennen wat een sterrenkind doormaakt en hun de spirituele aanmoediging geven die ze nodig hebben. Zo kunnen ze op een zachte maar resolute manier uitleggen dat de negatieve gevoelens die ze ervaren een gevolg zijn van hun spirituele frequentie die zich aanpast aan de emotionele inhoud die door de wonden van de mensheid wordt gecreëerd. Ze zullen mettertijd vaardiger met hun gevoelens kunnen omgaan. Ze zullen leren hoe ze spiritueel kunnen ‘surfen’ op het collectieve emotionele veld van de mensheid, in plaats van erin te verdrinken. Maar het kan een tijdje duren voordat ze die vaardigheid onder de knie krijgen. Meditatie helpt vaak om dat proces te versnellen, net als elke vorm van therapeutische ondersteuning om emoties op een gezonde manier te leren verwerken.

Alle lichtwerkers, vooral sterrenkinderen, kunnen worstelen met depressie of verslaving, of een gevoel van heimwee en, tijdens een diepe crisis, misschien zelfs suïcidale gevoelens. Zo veel mogelijk steun krijgen in deze tijden is ontzettend belangrijk. Het volgen van therapie bij een professioneel opgeleide en ruimdenkende psychotherapeut, in combinatie met een vorm van meditatie die ze aangenaam vinden (en er zijn veel verschillende meditatiesoorten om uit te proberen) kan een grote hulp zijn. Ze leren dan om hun geest in de wereld te aarden. Ik heb gemerkt dat jungiaanse analisten een geweldige steun kunnen zijn voor mensen op het spirituele pad, maar het kiezen van een therapeut is een gevoelsmatige, intuïtieve beslissing die verschilt voor elk individu.

Dit is belangrijk, want lichtwerkers zijn niet alleen prachtige wezens die het niet verdienen om te lijden, ze hebben ook een uniek doel te vervullen op deze planeet: de hogere frequenties van hun spirituele thuis hiernaartoe helpen brengen en manifesteren op aarde. We hebben lichtwerkers echt nodig!

Een handige manier voor alle lichtwerkers om te aarden en hun goddelijke levensmissie gemakkelijk te manifesteren, is verliefd worden op de natuur. Vertrouwen in de natuur als een ‘zielenmoeder’ brengt troost, begeleiding en de geruststelling dat ze veilig en nodig zijn en hier echt thuishoren op een diep, spiritueel niveau. Meditatie, het bijhouden van een dagboek, heilige rituelen en bewuste dans zijn andere manieren waarop lichtwerkers eraan herinnerd kunnen

worden dat ze hun spirituele thuis nog steeds in zich dragen (wat altijd het geval is), zelfs wanneer ze leren om dat innerlijke bewustzijn te manifesteren in hun uiterlijke leven. Het universum is vriendelijk voor deze wezens en wanneer zij om hulp vragen zal de juiste informatie, leraar of het geschikte ondersteuningssysteem voor hen verschijnen. Ze moeten gewoon vertrouwen hebben in de reis.

Als jij het pad van de lichtwerker bewandelt, weet dan dat je niet gek bent omdat je de dingen anders ziet – zelfs als je de dingen anders ziet dan echt iedereen om je heen! Het is oké. Je bent zoals je bedoeld bent te zijn en je werd ontworpen met een hoger liefdevol en goddelijk doel in gedachten. Jouw taak is om volledig, waarachtig en vrolijk jezelf te zijn en om je reis te maken, lief te hebben en het universum elke dag te vragen om je dieper te verbinden met de goddelijke energie van liefde, waarheid, wijsheid en aanwezigheid die in je leeft.

Het universum kent je innerlijke pad en doel – zelfs als je je verward voelt over wat je moet doen of wat je bestemming is – en het begeleidt je altijd, zodat jij het werk kan doen waarvoor je hier bent, op je eigen unieke manier. Het universum kan en zal je bij elke stap begeleiden om je innerlijke bestemming te vervullen, die je wel aanvoelt maar niet altijd duidelijk kan zien of verwoorden. Vertrouwen op de intuïtie van je hart zal je helpen geduld en vrede te vinden terwijl je stap voor stap je reis onderneemt. Misschien merk je na verloop van tijd zelfs dat je eigen zielsgroei inspirerend en voedend is voor de mensen om je heen. Zonder het te beseffen, zoeken zij hun toevlucht in jouw groeiende licht. Wanneer je je ontspant en vertrouwt op jezelf en op het universum stroomt er erg veel spirituele genezing door je heen voor het grotere goed.

Met liefde en zegeningen,

Alana





A series of 22 horizontal lines for writing, spaced evenly down the page.

