

De Kring van Stenen

Samenwerken met de Grootmoeders in de KRING VAN STENEN

Denk aan de 12 Grootmoeders. Ze zitten in een kring op de grond. Elke grootmoeder heeft een grote lichte, zacht doorschijnende steen – zoals een opaal- voor zich. Zie ze voor je, dichtbij.

Straks stap je tussen twee Grootmoeders door naar het midden van de kring. Maar richt nu eerst je aandacht op jouw vraag. Stel maar één vraag per keer en stel jezelf daarna open voor alles, álles wat er gebeurt.

Alles wat je ervaart na het stellen van je vraag staat ermee in verband en maakt onderdeel uit van het antwoord. Hou ook nadat je deze oefening hebt afgesloten jouw vraag in je bewustzijn, het antwoord kan in de loop van enige tijd uit meerdere delen bestaan. Het werkt het beste als je zelf al energie gestoken hebt in de vraag, die je binnen de kring aan de Grootmoeders wil voorleggen, zodat alles wat voor de hand lag zich al aan je heeft laten zien. Een vraag die zo gesteld is dat er alleen een ja- of nee-antwoord op kan volgen, is natuurlijk weinig effectief. Met deze oefening kun je juist leren van de eindeloze wijsheid van de Grootmoeders, die meer dan onze dagelijkse werkelijkheid omvat.

Als je vraag geformuleerd is, stel je dan voor, dat je tussen twee Grootmoeders door in de kring stapt en naar het midden loopt. Groet de Grootmoeders en stel in alle oprechtheid jouw vraag. Let nu goed op, wat komt er naar je toe? Wat zie je? Hoor je? Voel je? Raak je aan? Denk je? Ruik je? Proef je? De Grootmoeders vertellen je iets, laten je iets zien of reiken je een ervaring aan. Dit samenwerken met de Grootmoeders kan heel emotioneel zijn en héél verrassend. De Grootmoeders weten precies hoe ze om de beperkingen van je denk-hoofd heen kunnen komen en direct je hart kunnen bereiken. Ze weten precies wat er voor nodig is om jou zover te krijgen, dat je echt gaat begrijpen, waar het in je vraag om gaat.

Neem wat je aangereikt krijgt in ontvangst zonder oordeel, neem het aan en bekijk het met al je aandacht. Bedank nu de Grootmoeders en stap weer terug uit de kring: je bent weer terug in onze dagelijkse realiteit.

Sharon zegt: “We reizen naar de Grootmoeders en werken met hen samen om te leren hoe we nog meer van dienst kunnen zijn aan de wereld waarin we leven en niet om aan de pijn van het leven te ontvluchten, maar juist om onze bijdrage te geven aan deze wereld en alle werelden. Om goed te blijven functioneren in de dagelijkse wereld, moeten we met beide benen op de grond staan, dus stel ik voor dat je niet vaker dan één of twee keer per week deze oefening van de Kring van Stenen doet.”

(Gebaseerd op de vertaling en bewerking uit het Engels van Anna Kentie. Volledige tekst ‘Working with the Circle of Stones’ in: Our Love Is Our Power Sharon McErlane, 2009 pp. 261-263)