

## MEDITATIE op 'Het NET van LICHT'

('Denken aan het Net van Licht is al voldoende om het te activeren', aldus de Grootmoeders. Dit is een leidraad, je kunt natuurlijk zelf nuanceren.)

Opbouw van de meditatie:

Voel of zie een Net van Licht voor je dat fonkelt en dat als een heel groot visnet, de hele wereldbol omspant.

Voel of zie hoe lichtstralen over het hele Net zich verplaatsen.

Plaats jezelf in je verbeelding op het Net en stel je open voor het licht dat nu naar je toestroomt.

Adem het diep in. Laat je vullen met dit licht.

Voel of zie jezelf een stralend knooppunt in het Net van Licht worden.

Activeer nu jouw eigen inbreng in het Net.

Blijf het stralend licht, dat via het Net naar je toestroomt, ontvangen en stuur vervolgens lichtstralen vanuit jouw eigen hart, de wereld in over het Net.

Jij bent veel krachtiger dan je geneigd bent te denken!

Het is jouw eigen kloppend hart dat het licht - pulserend - het Net, opstuurt.

Jij bent onderdeel van het Net van Licht.

Denken aan het Net van Licht is daarom al voldoende om het te activeren.

Ervaar of verbeeld de transmissie van licht over het hele Net:

Zodra je er aan denkt beweegt het licht zich moeiteloos voort!

Jouw hart voedt het Net en houdt het in stand, terwijl het Net van Licht jou weer voedt en steunt..

Ervaar deze dubbele wisselwerking en voel de lichtintensiteit op alle knooppunten toenemen.

Het Net is een levend systeem dat de hele aarde ondersteunt, en de yin-yang balans helpt herstellen.

Werp het Net toe naar hen die snakken naar steun en verbondenheid.

Richt je aandacht op het hele Net en alle lichtbakens op de knooppunten van het Net. Werp het Net in gedachten allereerst naar alle vrouwen op aarde:

-vrouwen die op hoge leeftijd zijn en mogelijk kampen met lichamelijke pijn of gebreken

-vrouwen in gevangenissen en inrichtingen

-vrouwen die in grote armoede (financieel of spiritueel) leven

- 'yang' vrouwen die het contact met hun yin-essentie aan het verliezen zijn

-vrouwen die authentiek willen zijn op aarde maar niet weten hoe

-meisjes in de puberteit op weg naar volwassenheid

-vrouwelijke zielen die op het punt staan om geboren te worden.

En richt nu je aandacht op alle mannen op aarde en werp het Net naar hen toe.

(hanteer dezelfde categorieën als hierboven echter nu toegespitst op mannen)

Richt je aandacht tenslotte op het dierenrijk; het plantenrijk, het mineralenrijk, alle rivieren en zeeën.

Stuur je zegeningen via het Net van Licht naar allen en alles.

Jij maakt deel uit van dit enorme geheel, en die verbondenheid voelen brengt je veel goeds.  
Ervaar je eigen waardigheid. Ervaar je eigen schoonheid/kracht. Ervaar je dankbaarheid.  
Geniet van dit ZIJN.

Optie voor Afsluiting:

De Grootmoeders' groep in Laguna Beach sluit haar meditatie af met het volgende Sanskrietgebed:  
Loka sasmasta, Sukino Bhavatum oftewel: MOGE ALLE WEZENS OP AARDE GELUKKIG ZIJN.

Bronvermelding: 'De Grootmoeders Spreken'. Sharon McErlane. [www.grandmothersspeak.com](http://www.grandmothersspeak.com).  
Nederlandse bewerking door J.Berends