

Yin Leiderschap Training – 22 februari 2026 (Transcriptie)

Laten we terugkeren naar het hart en naar binnen gaan. En je zou een van de meditaties van de Grootmoeders kunnen gebruiken. Je zou ‘de roos van het hart’ kunnen gebruiken. Je zou ‘de kruik en de beker’ kunnen gebruiken. Je zou simpelweg het Net van Licht kunnen aanroepen en het Net van Licht kunnen vragen om ieders hart te vullen en het Net van Licht je te laten ademen.

Je zou allerlei dingen zoals dat kunnen doen, maar om terug te komen, want we zijn aan het leren, dit is waar de waarheid leeft. . (wijst naar het hart) We zijn allemaal geconditioneerd om te denken dat dit (wijst naar het hoofd) de plek is waar alle actie plaatsvindt, en dat we meer moeten praten en redeneren en het moeten uitzoeken, en dat we moeten werken.

Uhuh, dat werkt helemaal niet. Dit werkt. (wijst naar het hart)

Hebben jullie nog opmerkingen? Jullie hebben dit ook meegemaakt.

Stephanie: Wat ik aan het begin van elke bijeenkomst doe – nadat we elkaar natuurlijk hebben begroet en in een kring zijn gaan zitten – is uitleggen wat we gaan doen. We beginnen met een liedje. We gaan het Net uitwerpen, we gaan wat teksten voorlezen en daarover praten, en dan sluiten we af met dit, waarbij ik zelf de leiding neem als begeleider.

Ik kijk dus op mijn telefoon om de tijd bij te houden en dat weten ze van tevoren, en ik denk dat dat erg helpt.

Sharon: Geweldig. Dank je wel. Dat is heel waardevol. Dank je wel. Wil iemand anders nog iets toevoegen dat voor jou werkt?

Diane: Ik denk dat er een groot verschil is. Of je nu een vergadering hebt via Zoom of live bijeen bent.

Omdat je bij een fysieke bijeenkomst meer tijd hebt. Wat ik dan meestal doe, is een spreekstok in het midden neerleggen. Ik laat mensen dan even naar binnen kijken en stil zijn met de vraag of het onderwerp. En als je klaar bent om te spreken, pak je de spreekstok. Dat zorgt ook voor rust. Natuurlijk kun je dat niet doen via Zoom, maar je kunt wel de tijd nemen en je op je gemak voelen met stilte. Ik merk ook wel eens bij de Global Zooms, omdat je die 20 minuten hebt en iedereen aan de beurt is geweest, en dan is het stil. En dan denkt iemand: oh jee, niemand zegt iets.

Dit is misschien een ander onderwerp, maar het is heel belangrijk om je ook op je gemak te voelen met de stilte. En dan kun je je hart voelen en alle dingen die gezegd zijn in je opnemen en ja, ze binnenlaten.

Sharon: Ja. Heel erg bedankt. Ik ben zo blij dat je de kracht noemde, de grote kracht van stilte, hoe waardevol die is en om het te laten zijn, want wat er na een tijdje stilte gebeurt, is dat iemand, iets, in beweging komt.

Iets dat klopt om uit te spreken. En als iemand afdwaalt en weer in zijn hoofd terechtkomt, ga je meteen terug naar de stilte. Ga er meteen weer in. Dank je wel, Diane.

Wilde je nog iets toevoegen, Anita?

Anita: Nee, het is goed zo.

Anita: Nee, het is goed zo.

Sharon: Oké, prima. Goed, dan wil ik graag vragen: is er nog een vraag?

Ja. Stephanie, wilde jij een vraag stellen?

Stephanie: Ik kijk even wat er hier staat. Veel vragen gingen over hetzelfde onderwerp. Ja, dat is het belangrijkste punt – het is precies waar je het al over had. Ja. Oké.

V: Er was nog een vraag over hoe je emotionele veiligheid in groepen creëert?

Sharon: Ja. Veel van wat we al hebben gezegd, is dat dat volgens mij de grote aantrekkingskracht van dit werk is. Mensen voelen zich veilig en zeggen vaak: “O jee, ik voel me hier helemaal thuis, ik kan hier echt mezelf zijn.” En dat is waar, want we creëren geen strijd of competitie, niets van dat alles.

We zijn er om iedereen te helpen deze verbinding met het goddelijke in zichzelf te voelen en ook deze horizontale zusterlijke verbondenheid met elkaar te ervaren. Er is dus een sterke band. Als dit onze cirkel was, zouden we allemaal werken voor het hoogste goed van ieder van ons. Ik wil het hoogste goed voor Stephanie zien.

Absoluut. En ik weet dat Stephanie dat voor mij wil, en dat ze het ook voor Anita en voor Diane wil. Dat is ons doel. Voor ieder van ons – dat Diane een sterkere band met het goddelijke heeft, dat Stephanie een sterkere band met het goddelijke heeft, en dat Diane en Stephanie een sterkere band met elkaar hebben, van hart tot hart.

Dus we werken altijd aan het horizontale en aan het verticale. Tegelijkertijd zoeken we naar het hoogste goed. Voor ieder van ons, en omdat dat is wat we zoeken, kunnen we ons op ons gemak voelen met stilte en omdat dat is wat we zoeken, kunnen we zowat alles gewoon accepteren en steeds terugkeren naar ons hart.

En terug naar ons hart, want dat is waarom we daar zijn. We komen samen om onze kern te verdiepen. We willen dat voor ieder van ons, want als Anita sterker wordt in haar wezen, heeft dat invloed op mij. Ik word sterker in mijn wezen. Als ik zie dat Diane begint te bloeien, ben ik

opgetogen omdat het bij mij resoneert. Ik heb dat ook, ik zie haar glimlachen, ik zie haar oplichten.

Dan begin ik te glimlachen. Dan begin ik op te lichten. Het is uniek, het gebeurt op sommige plekken, maar het gebeurt niet heel vaak, en het is iets unieks dat gebeurt, en het gebeurt op deze manier dankzij het Net van Licht, omdat we allemaal deel uitmaken van het weefsel, van het Net van Licht. Het Net van Licht loopt dwars door onze lichamen, dwars door onze gebouwen, dwars door de grond, en dwars tussen ons onderling.

En naarmate dat sterker wordt, naarmate Anita sterker wordt, wordt ieder van ons die met Anita verbonden is ook sterker; dat is onvermijdelijk. Ik weet niet hoe ik daarop kwam, maar oké. Dat is echt belangrijk.

Anita: Ik heb nog een vraag. Dit is mijn vraag, even kijken of ik hem kan vinden. Oké.

V: Hoe ga je om met iemand die een zeer yange-energie uitstraalt, zich ongemakkelijk voelt met stilte en moeite heeft zich aan te passen aan een ruimte waar niet constant activiteit is, zich misschien onveilig voelt in zo'n omgeving, en gedrag vertoont zoals opstaan en weer gaan zitten, de kamer verlaten, terugkomen, rond schuifelen.

Ja. Heb je ideeën?

Sharon: Terwijl je dit vertelde, schoten me een paar dingen te binnen; ik dacht dat het net een heel onhandelbaar kind is. Stel, je bent de moeder en zegt: 'Het is etenstijd, jongens en meisjes', en dan zeggen ze: 'Ik wil niet eten, ik wil spelen', of je hebt zo'n kind, of zo'n beetje een brutaaltje, bijna omdat ze zo onrustig zijn.

Het enige wat je kunt doen. Meestal blijven die mensen niet erg lang. Het is te saai. Wat wij doen is te saai voor hen. Ze willen actie, ze willen, ze willen iets doen met hun lichaam of drinken of ze zijn iets aan het doen, dus ze blijven meestal niet erg lang, maar soms verrassen ze ons en eigenlijk heeft iedereen behoefte aan liefde.

Dus houd zoveel mogelijk van dat eigenwijze kleine ventje. Houd van ze als je kunt. Je weet wel, zoveel als je kunt. En dan moet je zijn zoals die moeder die zegt: "Het spijt me Joey, je moet nu gaan zitten." Of: "Het is moeilijk voor je, nietwaar? Je moet nu weg, of wat dan ook." Je moet doen wat je moet doen, maar van ze houden en die grenzen voor ze stellen.

Dit werk is niet voor iedereen weggelegd, zoals je heel goed weet. Veel mensen keren zich ervan af, omdat ze er gewoon nog niet klaar voor zijn.

Bedankt, Anita. Heeft iemand anders hier nog opmerkingen over?

Diane: Nee. Ik denk dat het belangrijk is dat 'leiden met yin' niet alleen maar een zachte manier is om alles te accepteren en te zeggen: 'O, wat zijn we toch aardig. We zijn allemaal liefdevol.' Soms is het juist heel belangrijk om niet bang te zijn om te zeggen: 'Sorry, kun je even stilzitten?' of 'Loop een paar keer door de tuin en kom dan terug', of iets dergelijks.

Tegen je eigen kinderen ben je ook duidelijk en zeg je: dit mag, en dat mag niet, als ze op de fiets de weg op gaan. je hebt regels als je bij ons zit, in een vergadering of in een kring. Er zijn ook bepaalde richtlijnen. Ja. En ik merk het bij mezelf.

Sharon: Het is soms moeilijk, want je wilt yin zijn en dan wil je zacht zijn en je wilt alles omvatten en oh, het is allemaal fijn... Maar soms moet je ook streng zijn. Ja. En je kunt het altijd zien, je kunt het zien, wanneer je vriendelijkheid en je zachte woorden helemaal niet worden opgenomen, dan moet je gewoon stoppen.

Dat is het dan. Ja. Ja. Zelfs als het ongemakkelijk voelt, want het voelt niet altijd comfortabel omdat je in deze setting bent waar mensen ervoor kiezen om ja te zeggen. Om bij de Grootmoeders te zijn en met een Net van Licht te werken. Dus het is altijd een beetje, je voelt je een beetje ongemakkelijk. Het is net als de moederbeer.

Ze houdt van haar welpen. Ze staat altijd voor ze klaar. Ze zorgt voor ze, en ze zal elke idioot die ze kwaad wil doen, doden. Dat moet ze wel. Ja. Anders doet ze haar werk niet goed. Ja. Ja.

Ik ken dat gevoel.

Ja, maar je brengt een goed punt naar voren. Het punt is, de kracht van yin is de kracht van de levenskracht. Dit is de kracht die het universum op zijn plaats houdt. Dit is de kracht waardoor de zon 's ochtends opkomt en 's avonds ondergaat. Dit is de kracht van het leven. Dit is niet zomaar een of ander zwak dingetje.

Dit is shakti. Dit is de kracht van het leven en het ondersteunt en bevordert het leven. En dus is het er om de levenskracht te ondersteunen, en soms doet het zus, oh, zoals dit. En soms doet het zo zoals dat. Het maakt allemaal deel uit van het geheel, het is onderdeel van de levenskracht die levende wezens ondersteunt.

Dat is waarvoor we hier zijn. We zijn hier om het leven te ondersteunen.

Zijn er nog andere vragen?

Stephanie: Er is een vraag uit Nederland, en ik denk dat we het meeste al hebben besproken, maar ik wil graag ingaan op dit deel dat luidt:

V: Ik weet ook dat ik zelfs in yin grenzen kan stellen, maar hoe kan ik die op een vriendelijke manier aangeven, met liefde en mededogen voor iedereen, en tegelijkertijd standvastig blijven?

Sharon: Ja. Is dat niet precies waar we het over hebben en hoe belangrijk dat is? Jij, ieder van ons leert hoe we dat moeten doen. En je leert door het te doen. Er is geen andere manier. Niemand heeft er een handleiding voor geschreven, we hebben de yin-principes, die erg waardevol zijn en je helpen een groep te leiden.

En ik moedig je aan om ze te raadplegen en te gebruiken. Je leert het vooral door te doen, en je zult altijd weten wanneer je iets doet, als je blijft controleren: hoe voel ik me? Je lichaam zal je

vertellen: Ooh, dat was echt goed, dat werkte. Ik kan voelen dat er een goede uitwisseling was. Deze vrouw, ze hoorde me en ik kon haar ook horen. Dat was echt waardevol.

En soms is het een ander soort les. Soms moet ik heel duidelijk stelling nemen tegenover iemand. Soms moet ik dat doen, want af en toe is er iemand die deze bijeenkomsten, deze Net of Light-bijeenkomsten, deze Grootmoeders-bijeenkomsten, wil misbruiken. Soms is er iemand die die bijeenkomsten wil gebruiken om zichzelf te promoten. Om hun specifieke ding of het werk dat ze doen te promoten, maken ze er misbruik van. En als dat gebeurt, moet ik ingrijpen en zeggen: dat doen we hier niet. Dat doen we nooit. Dat is niet toegestaan. En dus mag je dat hier niet doen.

Ik moet wel, het is niet makkelijk, maar het is nodig, want nogmaals, deze vraag die Stephanie stelt, komt altijd terug op: wat is echt goed voor deze groep? Waarom zijn we hier? Waarom komen we samen? In deze wereld die draait om kopen en verkopen en controleren en mijn zin krijgen en domineren. Waarom komen we op deze manier samen in deze groep? Wat is ons doel?

En dat brengt je elke keer weer terug naar de waarheid. Wat dient het welzijn van deze groep? Het is heel eenvoudig. Het is niet gemakkelijk omdat ons zo anders is geleerd. Ons is geleerd om te vechten, te domineren of anders toe te geven, in te stemmen, en het is niets van dat alles. Het is zoals de moederbeer. Zij die het hoogste goed voor deze familie nastreeft, en zij die opkomt voor die familie.

Hoe voelt dat voor jou? Hoe voelt dat? Ja, ik begrijp het.

Anita: Dat voelt goed.

Sharon: Ja. De Grootmoeders zeggen altijd: vertrouw op jezelf. Merk op hoe je je voelt, hoe je je voelt, en vertrouw op jezelf. Dat zeggen ze ontelbare keren tegen vrouwen. Vertrouw op jezelf. Dat zeggen ze.

Het andere waar we altijd mee te maken hebben, en waar we het vandaag nog niet over hebben gehad, is de kleinering van vrouwen.

Hoe we naar de achtergrond zijn geduwd, naar beneden zijn gehaald, gedevalueerd en belachelijk gemaakt. Al die grappen over vrouwelijke intuïtie, andere kleine grapjes daarover, over dat een vrouw niet intelligent genoeg zou zijn, niet feitelijk, al die dingen. En dus hebben we daar ook mee te maken.

Dat is een groot deel van wat er speelt als we moeite hebben om op onszelf te vertrouwen. Het is die conditionering om onszelf te zien als, oh, niet helemaal goed genoeg. Echt, misschien niet erg waardig, wie denk ik wel dat ik ben? Ik ben niets bijzonders. Dat allemaal. Dat is ons gewoon ingeprent. Het is niet waar. Maar dat is ons al duizenden en duizenden jaren geleerd.

Dus ik denk dat dat een deel is van de reden waarom de Grootmoeders altijd zeggen: vertrouw op jezelf. Hoe voelt het? Hoe voel je je?

Ik denk nu net: laten we de Grootmoeders vragen of er nog meer vragen zijn die mensen hebben, zodat we die kunnen bespreken als er andere zijn die we nog niet hebben behandeld.

Anita: Ik heb er nog één. Deze is van iemand anders, maar ik vind het een goede vraag. Ik weet niet waar hij vandaan komt.

Q: Wat doen we of hoe reageren we als iemand tijdens onze bijeenkomst begint te huilen en de andere groepsleden die persoon intensief troosten?

Ik weet dat het hetzelfde is, maar we zijn als vrouwen gehersenspoeld om te denken: ze huilen, dus we gaan ze troosten. En wat ik heb ontdekt, is dat het echt goed is als niemand je aanraakt als je huilt, dat je met rust wordt gelaten zodat je het kunt verwerken. En het is niet goed om het proces niet stoppen, want het stopt als mensen je komen aanraken.

Ik weet niet wat jullie daarover te zeggen hebben?

Sharon: Diane en Stephanie, wat vinden jullie daarvan? Want dit gaat gebeuren.

Stephanie: Ik ben het ermee eens. Laat ze absoluut hun gang gaan, wat er ook met ze gebeurt. Vaak praten ze ook. We hebben wel tissues beschikbaar zodat ze zich op hun gemak voelen met dat deel, maar ja, laat ze het verwerken, en daarna, als ze dat willen kunnen je ze een knuffel geven. Ja.

Diane: Voel je op je gemak bij emoties... Dat is heel belangrijk, heel erg belangrijk. En als je bij elkaar zit, creëer je een veilige ruimte. Daardoor voelen ze zich al omringd en ja. En daarna kun je inderdaad gewoon doorgaan en de tissues doorgeven. Of beter nog geef ze niet meteen door, maar pas aan het einde, want als je de tissues doorgeeft, denken ze ook: oh, misschien moet ik stoppen met huilen. Ik denk dat dat ook een keerpunt is.

Sharon: Ja. Ik ben het ermee eens. Ik ben het soms met jullie allemaal eens. Als iemand echt, als ze echt tegen een grote blokkade aanloopt en ze huilt alleen maar, en dat gebeurt soms, dan moet ik als begeleider zeggen: laten we er nu gewoon voor haar zijn terwijl ze hier doorheen gaat en we zijn hier om je te steunen.

Zeg haar naam, terwijl je hier doorheen gaat. Je bent niet alleen. Sta jezelf toe te voelen wat je voelt. Ja. Ja.

Anita: Dank je wel.

Sharon: Omdat ze sterker is dan ze zelf beseft, en ze is veel sterker dan wij beseffen, en dat is zo krachtig voor iemand. Ik zeg 'ze', maar soms gaat het ook om een man.

Dat iemand voelt hoe sterk hij of zij is, dat hij of zij hier doorheen kan komen, dat hij of zij dit kan doorstaan met een aantal mensen om zich heen. Ze kunnen echt zichzelf zijn en hier doorheen gaan en zich geaccepteerd voelen. Dat is zo zeldzaam. Want iedereen probeert altijd, zoals de wereld nu eenmaal is, ze altijd de mond te snoeren of ze te vertroetelen.

Misschien gaat het wel over, nu wordt het beter... Uhuh. Laat ze hun gang gaan. De Grootmoeders zeggen: ga langzaam. Ga diep. Je vindt ons daar.

En dat doen ze. En wij mogen daar getuige van zijn. Het is een grote eer. Het is een grote eer om getuige te zijn van iemand die dapper genoeg is om dat te doorstaan. Prachtig.

Diane: Ja. Dat ze zich veilig genoeg voelen om hun emoties te tonen. Dat is ook al een goed teken dat jullie het zo goed met elkaar doen.

Sharon: Ja. Ja. En mocht er een volgende keer zijn dat zo'n mate van verdriet of wat het ook is, weer de kop opsteekt, dan zullen ze veel meer moed hebben en er beter mee om kunnen gaan. Want ze weten, ze wisten dat ze dat samen met jullie konden. Het is echt een zegen om daar bij iemand te zitten terwijl ze dat doormaken. Voor hen en voor de mensen die bij hen zijn.

Heeft iemand anders nog iets?

Ik bedacht één ding. We hebben voortdurend te maken met dit gevoel van onwaardigheid. Onwaardigheid op al die niveaus: onwaardig om deze echte aandacht van elkaar te krijgen, onwaardig om deze aandacht van de Grootmoeders te krijgen, van God. Onwaardig in onszelf omdat we zo zijn afgebroken, en niet alleen vrouwen, maar ook mannen. Geconditioneerd om te denken dat ze niet genoeg zijn, dat ze niet goed genoeg zijn. En in dit werk met de Grootmoeders en het Net van Licht leren we stap voor stap door de boeken te lezen, door de video's te bekijken, door de liederen te zingen, door met elkaar om te gaan. We leren hoe waardig we zijn.

Wat zijn we toch respectwaardig, aandachtwaardig en alle goede dingen waardig, en daarin helpen we elkaar. Deze groepen zijn dus veilige plekken waar we naartoe komen om ons te verdiepen en te groeien.

En ik wil zeggen hoe waardevol de bijdrage is die jullie allemaal leveren. Ieder van jullie die hier met ons in deze Zoom-ruimte zit: hoe waardevol en volkomen waardig jullie zijn, en wat voor geweldigs, wat voor goeds jullie doen – wat voor geweldigs, wat voor goeds we samen doen. We hebben deze prachtige, zuivere beweging van liefde gecreëerd die steeds verder en dieper gaat, en dat zal doorgaan.

Jullie hebben zoveel meer zaadjes geplant dan jullie ooit zullen weten, en jullie planten ze op dit moment. Door hier samen in dit te zijn. Dus het is een grote wow. Het is echt een heel grote wow. En het wordt steeds groter. Jullie individuele harten hier worden steeds mooier, steeds glorieuzer, continu.

En omdat ze iedereen in je leven beïnvloeden. Iedereen in deze Net van Licht-wereld en iedereen in deze enorme wereld waarin we leven, is het enorm, goed werk.

Dus ik hoop echt dat we van jullie horen wat vandaag waardevol voor jullie was.

En wat jullie nodig hebben, misschien dingen die we niet hebben aangeroerd, maar die jullie nodig hebben en willen leren. Zodat jullie je steeds meer op je gemak voelen, zelfverzekerder worden en je goed voelen over dit leiden vanuit je hart. En andere mensen helpen om hun hart-GPS ook aan de praat te krijgen.

Laat het ons dus alsjeblieft weten. Laat van je horen. En neem nu even de tijd.

Ja, een moment van diepe waardering voor je dierbare en prachtige zelf. Dat de roep van de Grootmoeders heeft gehoord, dat daarop heeft gereageerd en blijft reageren. Dat hier op dit moment zit,

en sta jezelf nu toe om je open te stellen voor de grote liefde die nu voor jou naar je toe stroomt, zich over je heen stort en zich in je openbaart. Het komt van buiten naar binnen, het komt van binnen naar buiten. Je ademt het in. De Grootmoeders ademen het door je lichaam, geest en organisme. Je bent in synchroniciteit met hen.

Je bent in synchroniciteit met alle vormen van het goddelijke. Ontvangend, eindeloos ontvangend. Ah, de Grootmoeders zeggen: Je hebt geen idee hoe geliefd je bent, maar je kunt er een klein beetje van ervaren. Nu. Sta jezelf toe te ontvangen. Dit is je geboorterecht. Je bent niet geboren om te lijden. Je bent geboren om de belichaming van liefde te zijn die je bent. Ah.

Haal dus nu eens goed adem. Sta jezelf toe te ontvangen wat van jou is en dit zal doorgaan. Deze liefde zal je blijven vullen en vullen. Nogmaals, ik wil je heel erg bedanken voor je komst.

Bedankt dat je naar voren bent gestapt om een leider vanuit het hart te zijn. Dat is nu zo nodig.

Ik zie al deze harten op het scherm verschijnen.

Oh mijn God.

Sharon zingt: “Oh, wat houden we van je. Oh, wat houden we van je. Oh, wat houden we van je.”

Nogmaals bedankt voor alles, vooral voor het feit dat je hier nu bent.

