

Inbjudningen

INSTRUKTIONER TILL HANDEDAREN

Syfte: Att få gruppmedlemmarna lära känna varandra ur ett mer reflekterande perspektiv.

Tid: cirka 1 timme

Det här behöver ni:

- Papper och penna

Delar

🕒 5 minuter

Start – hälsa välkomna

Vad ska vi göra?

»Inbjudningen« är titeln på en dikt av Oriah Mountain Dreamer från 1994. Oriah växte upp i ett litet samhälle i Norra Ontario, Kanada. Hon blev tidigt intresserad av historier, ord och symboler som kunde skapa perspektiv och öppna upp för nya frågor. Namnet Mountain Dreamer fick hon i samtal med en indiansk medicinman, en shaman som ansåg att hon var en person som utmanade etablerade sanningar och tänjde på gränser. Hon har skrivit flera internationella bästsäljare. Hennes bok, *Inbjudningen från vilken texten i*

övningen är lånad har översatts till 17 olika språk. Dikten skrev hon en natt efter att ha kommit hem från en fest där människor inte kände varandra så väl. Poesin brukar sägas vara språkets konst och motsvarigheten till konstens tavlor. Poesi underlättar för oss att öppna upp och tänka med höger hjärnhalva. Andra sidor av oss kan på det sättet bli mer synliga.

Hur ska vi göra? Varför?

Ramar för arbetet.

🕒 15 minuter

Inbjudningen – individuellt

Be gruppmedlemmarna sätta sig på en lugn plats och läsa igenom Inbjudningen och att reflektera en stund över dikten.

🕒 30 minuter

Inbjudningen – gruppen

Samla gruppdeltagarna i en ring och be dem reflektera högt och dela med sig av de tankar som Inbjudningen väcker hos dem. Pröva även om ni kan dra några slutsatser kring ämnet: att lära känna varandra.

INBJUDNINGEN



Alla gruppmedlemmar läser dikten Inbjudningen individuellt och reflekterar tyst för själva en stund.

Inbjudningen

Det intresserar mig inte vad du arbetar med.

Jag vill veta vad du trängtar efter, och om du vågar drömma om att möta ditt hjärtas längtan.

Det intresserar mig inte hur gammal du är.

Jag vill veta om du vill riskera att se ut som en däre för kärlekens, för drömmarnas skull, för äventyret att leva.

Det intresserar mig inte vilka planeter som står i konjunktion till din måne.

Jag vill veta om du har berört det innersta av din sorg, om du har blivit öppnad av livets svek eller blivit förtorkad och slutet av rädsla för mer smärta!

Jag vill veta om du kan sitta kvar i smärta, min, eller din egen, utan att röra dig för att dölja den eller dämpa den eller ta bort den.

Jag vill veta om du kan finnas i glädje, min eller din egen;

om du kan dansa hängivet och låta extasen fylla dig från fingertopparna till tårna utan att säga åt oss att vara försiktiga, vara realistiska eller att tänka på det begränsade i att vara människa.

Det intresserar mig inte om den historia du berättar för mig är sann.

Jag vill veta om du kan göra någon annan besviken för att förbli sann mot dig själv: Om du kan uthärda anklagelsen att svika för att inte svika din egen själ.

Jag vill veta om du kan vara trogen och därigenom pålitlig.

Jag vill veta om du kan se skönheten även om den inte är vacker varje dag, och om du kan se att din källa är i Guds närhet.

Jag vill veta om du kan leva med misslyckande, ditt och mitt, och ändå kunna stå vid sjöns strand och ropa mot silvermänen: Ja!

Det intresserar mig inte var du bor eller hur mycket pengar du har.

Jag vill veta om du kan stiga upp efter en natt av sorg och förtvivlan, trött, plågad ända in i mörgen, och göra vad som behövs för barnen.

Det intresserar mig inte vem du är, hur det kom sig att du hamnade här.

Jag vill veta om du tänker stå mitt i elden tillsammans med mig och inte dra dig undan.

Det intresserar mig inte var eller vad eller tillsammans med vem du har studerat.

Jag vill veta vad det är som bär dig framåt inom dig när allt annat sviktar och försvinner.

Jag vill veta om du kan vara ensam med dig själv; och om du verkligen tycker om ditt eget sällskap under de tomma ögonblicken.

Ur *The Invitation*, av Oriah Mountain Dreamer (HarperONE, San Francisco 1999).

INBJUDNINGEN



Sätt er i en ring och dela med er av de tankar som Inbjudningen väcker hos dig. Prova även om ni kan dra några slutsatser kring ämnet, lära känna varandra.