



## Laat mij maar dieper in de natuur zinken

Ik ben opgegroeid in een gezin dat zijn vakanties vierde in de Zwitserse bergen. Als kind was ik helemaal verliefd op dat land met zijn zinderende vergezichten, gletsjers waaruit enorme rivieren denderen, alpenweiden met eindeloos veel geurige bloemetjes. Al op mijn achtste maakte ik foto's van al die pracht en praal.

Toen ik mijn fietsvakanties ging ondernemen, beschouwde ik de natuur als een prachtig decor waar ik doorheen raasde, veelal over drukke wegen, de wereld ontdekkend. Van alleen fietsen heb ik altijd wel gehouden, maar wildkamperen in m'n eentje vond ik vreselijk saai. Nu kan ik daar geen genoeg van krijgen. Vandaar dat ik tegenwoordig fiets in gebieden of seizoenen waarin ik makkelijk alleen kan zijn met de natuur. Ik ben van de stilte gaan houden, dat wil zeggen van de afwezigheid van menselijke geluiden. Want pas dan kun je de natuur horen, in al haar kostelijke nuances. Van al die geluiden wordt mijn hoofd stil.

Het pure 'zijn' in de natuur heeft iets meditatiefs. Ik hoef er niks te doen. Nou ja, ik kook er mijn potje, en dan liefst met wat lokale producten en kruiden die ik om me heen vind. Thuis nodigde ik jarenlang de nieuwslezer bij me aan tafel uit, als er niemand anders aanschoof, en nog steeds vind ik het heerlijk om samen te eten. Maar juist in de natuur heb ik geleerd hoe heerlijk het is om alleen te eten, zonder veel afleiding.

Je zou kunnen zeggen dat mijn persoonlijke ontwikkeling vanaf mijn tienerjaren vooral via het mannelijke, het intellectuele heeft plaatsgevonden. Zo ook spiritueel: de Vader in de Hemel werd gevonden en gediend. Ik zie dat als een extraverte beweging. Ik wilde grip krijgen op de buitenwereld en mijn plaats daarin. Ik zat vooral in mijn hoofd. De laatste jaren staan voor mij in het kader van ontwikkeling van het vrouwelijke, het gevoel, een introverte, koesterende beweging. Ik leef meer uit mijn hart. Moeder Aarde heeft onverstoorbaar en geduldig, maar immer lonkend op me gewacht, met al haar mysteries.

Laat mij maar dieper en dieper in de natuur zinken. Deze liefde heeft er mede voor gezorgd dat ik in eigen land biologische groenten ben gaan kopen, het liefst van lokale teelt. De 'voortgang' heeft het leven van de natuur verwijderd en ik schep er plezier en voldoening in om de omgekeerde weg af te leggen. Zoveel dingen die ik dacht nodig te hebben om mijn leven te verrijken, blijken overbodig nu ik dichterbij kom bij wat ik nu de essentie vind. Grappig genoeg heb ik die dingen wel nodig gehad om erachter te komen met hoe weinig ik toe kan. Dat weinige beschouw ik als een eindeloze rijkdom. 🍄