

Lenteklanken uit Wéris - van 22 tot 30 april 2013

Er zijn terugkerende mogelijkheden om in Wéris deel te nemen aan leuke bijeenkomsten. Iedereen die houdt van zowel ontspannende momenten als van diepzinnige beleving, is er aan het goede adres. Er wordt verondersteld dat je als deelnemer meedoet aan de activiteiten en in contact wil komen met anderen. De kleinschaligheid van de groepen is daarbij van groot belang voor sommigen die moeite hebben met sociaal contact of voor anderen die een eerste keer aan “zo iets” meedoen. De deelnemersprijs is laag. Er is een programma dat we van dag tot dag kunnen bijsturen als het nodig is. Wie om de een of andere reden even alleen wil zijn of net iets anders wil doen, heeft de vrijheid om zich af te zonderen. Ruim tien jaar lang kom ik met groepen naar Wéris en de thema's waarrond we gewerkt hebben waren verschillend. Vaak waren er medewerkerbegeleiders om met hun specialiteiten mensen aan te trekken met gerichte belangstelling. Samenwerking was en blijft een belangrijk punt op het vlak van de programmatie en uitwerking.

Maandag 22 april.

De Pizzahut in Hasselt was het vertrekpunt. Op deze zonnige dag reden we naar het Waalse zuiden nadat we “met zeven aan de tafel...” zaten. Zoals in dat lied van Johan Verminnen. De GPS deed dienst voor iemand die op die manier eens haar weg wilde vinden en voorop reed tot in Heyd, waar Renaat “de druïde” woont in zijn kabouterachtig huisje midden in het dorp. De wegen zijn er blijkbaar te kronkelig om een blik vanuit de ruimte om te zetten in instructies voor een feilloze GPS-wegroute: de laatste van de vier chauffeurs werd naar het kerkhof geleid en zag tijdig in dat het nog even te vroeg was... Aangekomen in Wéris sloeg het noodlot toe door een auto die in een gracht terecht kwam naast de weg op de plaats van bestemming. Een echte ouderwetse gracht zoals die bijna niet meer te vinden is in Vlaanderen. Kan je het je voorstellen? In een oogwenk een tiental buurtbewoners. Ze kwamen met raad en daad hun hulp aanbieden. Daar leeft nog iets van buurtbetrokkenheid en spontane hulpvaardigheid. Heel handig was dat want het duurde maar even vooraleer een tractor verscheen met de nodige hulpstukken erop gemonteerd vooraan, om de auto terug op het rechte pad te heffen. Om de spanning weg te werken een kopje koffie. Om de depannage te vieren en om opgeluimd te starten. Sommigen naar de winkel in Barvaux, anderen in de weer om de werkruimte te installeren en gezellig te maken en nog anderen gingen even rusten na de reis. Bij aankomst vernamen we van de huisbaas Toon enkele wetenswaardigheden over de stilte weekenden die hij zelf organiseert in dit huis vanuit de Zen-gedachte. Om half zeven opnieuw “met zeven aan de tafel”. Eten, alsof het snoep was, jawel, “twee boterhammen meer dan thuis...” was één van de slogans.

Een eerste moment van stilte proefden we bij het samenzitten om na te denken over het verschil tussen stilte en zwijgen. In de vorm van een socratisch gesprek: stil erover mediteren eerst en daarna de gedachten laten loskomen. In “**zwijgen**” zit iets van verplichting,

dwang, moeten stil zijn. Heel anders is dat bij “**stilte**”: “geen moeten”, wèl van binnenuit laten ontstaan of door de natuur uitgenodigd. Stilte kan zelfs beschouwd worden als een geschenk, om van te genieten!

“Te lang stil zijn” is dan ook weer niet goed en bij die gedachte traden de lachspieren in werking omdat werd teruggedacht aan dat kerkhof in Heyd van namiddag.

Met een ingekorte metamorfose massage sloten we de dag af.

Dinsdag 23 april.

Met een gonggeluid ontwaken en dan een uurtje snoezelen met muziek en teksten beluisteren. Afwisselende instrumentale nummers en natuurgeluiden, een stukje poëzie van Leentje Schrooten en een luisterlied van Koen in 't Ven. De staande meditatie heette “Stevig als een boom”, uit de cd die door Inge Ketels is samengesteld met meditaties rond zelfzorg. Zij volgde tien jaar geleden op deze plek in Wéris een cursus en ontwikkelde de jaren nadien een eigen coaching- en relaxatiecentrum in Genk, namelijk “Bureau Stroom”.

Bij het ontbijt waren we een tijdje “stil”. Het was even wennen voor de meesten.

In de voormiddag kregen we uitleg over de geschiedenis van Wéris, over de ligging en betekenis van de menhirs en dolmens, en over de benamingen van de streken Famenne, Calestienne en Ardennen. Wéris ligt op de grens van Calestienne en Ardennen. De meditatie van vanmorgen over “Stevig als een boom” deden we nog eens over maar nu in het echt tussen de honderden bomen in de pure natuur met aandacht ook voor de ademhaling en de omkaderende geluiden van vogels... en in de verte een vliegtuig en een tractor. Een klimpartij naar de Pierre Heina mocht niet ontbreken. Tijdens de beklimming en de afdaling van de berg waar deze mysterieuze steen zich bevindt, stapten we in stilte. Bij aankomst in het huis verwenden we elkaar met een gezichtsmassage. Valère kwam ook net toe om tot zaterdag dagelijks een portie yoga te begeleiden.

Bij het middageten werd het weer even stil. Die momenten zouden intensiever worden na de tussentijdse evaluatie waarin werd opgemerkt dat er tot dan toe te weinig stilte aan bod kwam.

De namiddag werd ingezet met relaxatie- en communicatieoefeningen waarin de stilte voelbaar werd op verschillende manieren. Liggend of zittend, naar eigen wens, afwisselend aandacht voor innerlijke stilte en de stilte in de groep en in de werkruimte. Luisterliedjes, zachte instrumentale muziek en stille momenten volgden elkaar op, met daartussen suggesties om mentaal en emotioneel voeling te krijgen met dat thema. Na de individuele beleving kwam een contactoefening twee per twee om af te tasten of “duo-stilte” haalbaar is en hoe fysieke aanraking daarbij een effect heeft of niet. Gekoppeld aan een inzichtskaart gaf deze ervaring stof tot nadenken en tot invoelen; “Kan stilte als een geschenk en als genietbaar te voorschijn komen binnenin?”. Een korte nabespreking toonde aan dat er geen woorden zijn om zulke sublieme gewaarwordingen verbaal uit te drukken. Er stroomde vriendschap en levensblijheid in de ruimte, symbolisch gezien een andere warmte dan die van de temperatuur in de ontmoetingsplaats. Daarna kon men helemaal fysiek aan de slag met “samengestelde yoga” van Valère, zodat zowel geest als lichaam een portie positieve input kreeg. Hij richtte de aandacht op een goede ademhaling, de natuurlijke preventieve bron voor een goede gezondheid. Bijna elke keer komt bij een meerdaagse bijeenkomst massage aan bod. De eetmalen waren ideale momenten voor gezelligheid maar ook voor ingetogenheid, zeker in dit project waarbij “stilte” speciaal werd aangekondigd als werkthema. Meestal zijn er mensen van de groep die een eigen recept willen presenteren en uitwerken tot een smakelijke maaltijd. Zo ook die dinsdagavond: stoofvlees met rijst.

Het avondprogramma bestond uit een eigen versie van autogene training met focus op het gevoel van zwaarte in armen en benen, gevolgd door een fragment met twee aspecten uit de reeks polariteitsoefeningen. Tot besluit één shiatsumassagebehandeling, één massage-uitwisseling en voor drie personen gelijktijdig de “warme stenen” - op de kleding -. “Voor elck wat wils” zou Shakespeare zeggen.

Woensdag 24 april.

Het was van in de vroege zonnig buiten, zoals beloofd door de weergoden. De ochtend bracht een zacht ontwaken met muziek en daarna een actieve start met yoga.

Het werd een uitstap naar Durbuy, naar het schijnt het oudste stadje van de wereld. We werden vergast op een rondleiding die Hugo weer keurig had voorbereid met historische en geologische wetenswaardigheden. Een terrasje doen ontbrak er ook niet aan, waarna spek en eieren nog beter smaakten.

Namiddag een warm zonnig samenzijn in de tuin met enkele geschikte oefeningen die waren afgestemd op het thema en de buitentemperatuur. Begonnen met een voetenmassage en oogcontact, en daarna een wandeling - twee per twee - voor het ervaren van geleid worden en zelf leiden, ook als test in zelfvertrouwen. Het einde was weer zittend bij elkaar met duidelijker oogcontact van dichterbij. Als een rode draad werd de aandacht gericht op goede ademhaling, natuurgeluiden horen en aanraking voelen. Er werd ten slotte gesproken met mekaar om te horen welke impressies waren bijgebleven. Het geheel werd afgesloten met een gemeenschappelijke knuffel.

Attilio is als persoon een begrip geworden in emotioneel dansend bewegen: Danz' Adentro. Hij kwam voor een namiddag om ook specifiek rond het thema stilte met zijn methodiek een inbreng te hebben. Meermaals kwam hij dat doen in algemene zin. Nu meer gepreciseerd. Verrassend was de komst van Irène. Zij kwam mee met Attilio om mee te dansen. Bij het avondeten liet zij een mooie tekst horen en vermits ze in een zangkoor is geweest, vroeg ik haar om een liedje te zingen. Zij en Claire trokken de groep op gang om enkele gekende volkse liederen te zingen, van het Limburgs Volkslied tot de Lichtjes van de Schelde...

Als extra attentie boden we Attilio en Irène aan om een massage uit te wisselen met elkaar. Valère gaf twee shiatsu-massages, en was nog een uitwisseling per twee en zelf gaf ik een behandeling met warme stenen aan drie personen.

De dag werd beëindigd met een stemming over het al dan niet organiseren van een barbecue donderdag namiddag. Met 4 ja en 3 neen als uitslag mocht 's anderendaags het vuur aangemaakt worden voor het



avondeten. Een lichte programmawijziging liet die wensen in vervulling gaan.

Mijmerend na alweer een dag van diversiteit in denken en voelen kunnen “waaroms” vervagen tot nevels van aanvaarding, zoals de warmte van de rivierkeien ook een tinteling weergeeft zonder nood aan een gebruiksaanwijzing als je ondertussen mediteert. Zoals iemand ervaarde tijdens het blindelings geleid worden al stappend intens te voelen dat een merkwaardige tinteling toegang vond in zijn lichaam en hij zich niet afvroeg: laat ik dat toe of niet? Een voorbeeld van een “geschenk” en van “genieten”, zoals eerder gezegd.

In het boek “Levende Stilte” ter inzage op tafel, zegt de kortste tekst uit dat boekje een waarheid die daarbij aansluit, met als titel **“Bereid”** (p. 95):

Hier zit ik in stilte.

Ben ik tot stilte bereid?

Bereid zijn is alles.

Stilte is genade.

Zo ook kan het gebeuren als jullie in relatie - of toevallig - ware liefde durven laten stromen, emoties van verlangend geluk hun weg vinden in elkaar: een helende stroming nodigt uit om een trauma van droefheid of leed in intieme overgave, in een sensuele golving te brengen.

Zoals je in stilte, die Stilte je van “geluk” en “genade” laat genieten, kan beminnen een feest zijn voor lichaam en ziel! Een Geschenk, Genieten, Geluk...

Donderdag 25 april

De ochtendmeditatie was een combinatie van muziek beluisteren en yoga. Met zachte klanken kon men snoezelend ontwaken en twee luisterliedjes nodigden uit tot inkeer. Ineenvloeiend kwam de zongroet om mee te doen en de hartchakrameditatie. Drie verschillende instrumentale en gezongen nummers vormden de achtergrond om deze dynamische meditatie vorm te geven, met zachte armbewegingen in zes richtingen in een soort dans ter plaatse.

Een wandeling in Barvaux langs de Ourthe in een zonovergoten lenteweer gaf de mogelijkheid om stilte en natuurgeluiden te proeven. Voor wie moeilijk kon stappen was er een terrasje ergens halfweg om daar wat te verpozen.

's Middags kwam Joyce aan om alles te installeren voor de trancedans

namiddag. Nieuw voor de meesten.

“Eerst werd er nog zedig topless gezonnebaad... en de hond van de burens kwam ongevraagd een likje geven aan de liggende genietters” (anoniem bericht van een deelnemer).

De werkruimte kreeg een heel andere indeling en uitzicht met de benodigdheden voor de trancedans. Zittend in een kring gaf Joyce eerst uitleg over de bedoeling en het verloop en er werden afspraken gemaakt over de wijze van dynamisch geblinddoekt dansen. Gedurende een uur bracht de muziek ons dicht bij onszelf en voor sommigen in een energetische stroming. Dit alles mondde uit in een stille fase om liggend na te genieten. In een “rondje” vertelde iedereen iets over zijn/haar ervaringen nadat Joyce een schotel met stukjes appel en noten liet rondgaan en thee uitschonk. Dit sfeerbeeld vertelt iets van de gemoedelijkheid van activiteiten in kleine groepen.

Het avondprogramma startte met culinaire verwennerij: de voorbereiding van de barbecue tijdens deze warmste dag van de week. Verder veel gesprekken en genieten van de zon. Een leuke traktatie van Karin voor haar zoveelste verjaardag kwam onverwacht te voorschijn en Hugo, de barbecuebakker, bakte onverstoorbaar voort. De maaltijd was prima en de magen vol. Vijf minuten stilte aan tafel lukte ook nog.

Klankhealing kregen we als geschenk en op deze dag van de volle maan mocht zeker geen avondwandeling ontbreken, onder een heldere hemel en windstil. Bergopwaarts, na enige tijd stappen, de maan in zicht: “Zie, de maan schijnt door de bomen...”: helemaal ècht! De sterren (ver)schenen helderder naarmate het later en donkerder werd. Over de maan, de Grote en Kleine Beer en het ISS dat passeerde gaf Hugo alweer nauwkeurige uitleg.

Ik kan het niet laten weer een gedachte uit het boek “Levende stilte” te citeren onder de titel **“In stukken”** (p. 88). Omdat zulke dag op euforie lijkt, is gronding noodzakelijk:

Soms, uit stilte komend, vermoed je het volmaakte. (...)

Het volmaakte is heel. Heelheid toont zich slechts door in stukken te breken en uiteen te vallen. Uiteenvallen is de werkelijkheid.





Vrijdag 26 april

Wakker worden!
“Naar een nieuwe dag” en “De Steen”, twee van de liederen en de andere stemmingsmuziek om wakker te worden. Voor wie ervan hield, kwam er naar luisteren.

Vlug voorbij. Opruim na het eten.

In een nabespreking konden we van gedachten wisselen over het verloop van de tijd die we hebben doorgebracht. Het programma was wat druk, vooral de eerste dagen, maar omdat iedereen de vrijheid kon nemen om al dan niet mee te doen, was dat geen probleem. Opvallend positief was de stiptheid om op tijd aanwezig te zijn bij aanvang van de activiteiten.

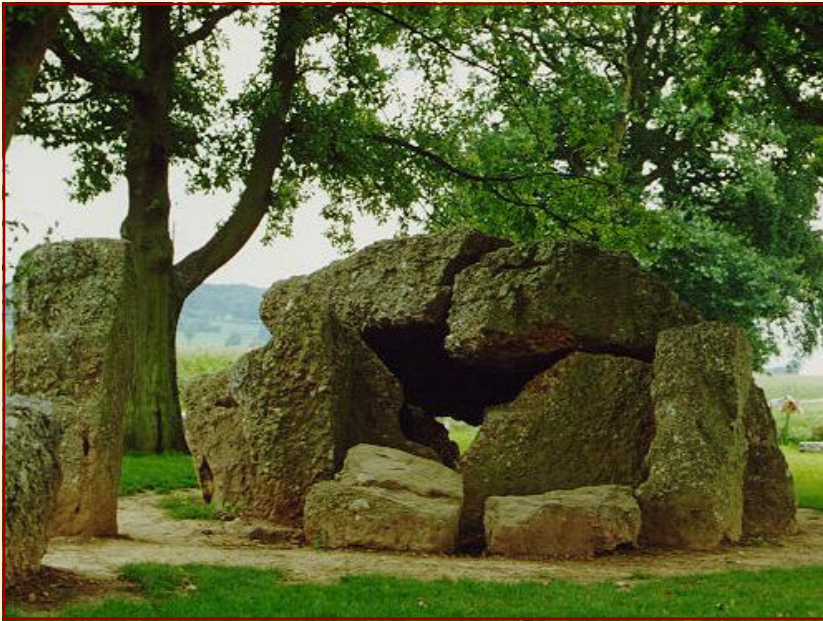
In de stiltemomenten aan tafel was er wel verbale stilte maar door allerlei bewegingen van mimiek en handgebaren was deze non-verbale taal even druk als zou men gepraat hebben. De overgangen van pauzemomenten of gewoon samenzijn naar groepsactiviteiten verliepen soms bizar met storende effecten. Alsof men een tijd nodig had om over te schakelen van sfeer A naar sfeer B. Ook kon het gebeuren dat een minimale opmerking of gezegde de energie beïnvloedde, waarbij bevoordeeld de begeleiding een bocht moest nemen om weer met die energie op het goede spoor te komen. Dit was eigen (inherent) aan het concept van de organisatie die veel ruimte laat voor het informele, bijna familiale karakter.

Er kwam een opmerking over de ingekorte versie van metamorfose-massage en polariteitsoefeningen en de wens was om deze methoden in hun volledigheid te geven en te ontvangen. Dat dit zo is verlopen is het gevolg van mijn sociale ingesteldheid: medebegeleiders inschakelen om hen kansen te geven, niet omdat ik onvoldoende activiteiten kan aanbrengen om zelf te begeleiden. Toch wel een duidelijk signaal om niet te veel inbreng weg te geven aan anderen...

Deze vorm van evaluatie is effectiever dan een klassiek rondje waarin velen om beurt hetzelfde zeggen en vooral onderstrepen hoe goed het wel was. Tevredenheid was wel degelijk aanwezig maar het

ophemelen ervan krijgt vaak iets ludiek en egogericht. Het laatste middagmaal kwam eraan. Geen grote woorden meer. Wel veel dank aan Lea en de anderen voor de goede hulp in het huishouden. Voor de verjaardag van Lea de daaropvolgende maandag kregen we een lekkere traktatie van haar.

Namiddag gebeurde de omschakeling. Groep “stilte” vertrok en groep “actie” kwam aan, met de mogelijkheid om mekaar nog te ontmoeten tussen 14 en 18 uur.



Vrijdag 26 april

Bij druilerig weer verschenen de nieuwe deelnemers. Leo had een klank- en lichtinstallatie meegebracht om de dynamiek van de groep kracht bij te zetten. Nochtans begonnen we maar zachtjes met een klankhealing van Joyce met typische geuren van ... en ... die de ruimte vulden. De ocean drum kreeg de meeste belangstelling door vragen achteraf. Het gebeuren gaf een rustgevende mogelijkheid tot inkeer en bezinning, een basis om vanaf zaterdag tot actie over te gaan. Alvast dank voor deze start. Iedereen zat er in de woonruimte met voldoening en loom bij. De meesten gingen vrij vroeg naar bed. Zelf nam ik de tijd om mijn dagboek aan te vullen. De zon van de donderdag was helemaal verdwenen op vrijdag en de volle maan had zich eveneens ver achter de wolken verstopt.

Zaterdag 27 april

Een stille ochtend als aanloop naar een dynamisch en actief verder verloop van de dag.

De ontwaakbijeenkomst bestond uit muziek beluisteren, het samen doen van de hartchakrameditatie en een sessie samengestelde yoga. Bij het ontbijt werden enkele afspraken gemaakt voor een goed verloop van de volgende dagen en om het programma van de dag te bepalen samen.

Trancedans door Joyce begeleid, werd voor sommigen een eerste uitproberen, voor anderen een hernieuwde uitgave met telkens toch wel andere ervaringen en innerlijke confrontaties, geblinddoekt en in stilte.

Nog in de voormiddag een uitstap naar Barvaux en toen zagen we de sleedoorn in volle bloei in de velden; één dag met volle zon bleek voldoende voor deze metamorfose.

Het spaghettirecept van Alfonso blijft bekoren en dat stond middags op het menu. Aangepaste Italiaanse muziek mocht niet ontbreken en er werd zelfs op gedanst terwijl de keukenploeg volop zijn gang ging. Een wandeling doorheen de velden naar de menhirs en dolmens van Oppagne op een zonnige namiddag, met Hugo als gids. De wind was snijdend koud en dwong ons om vlugger dan voorzien terug te keren. Binnen in huis kregen we dan de nodige uitleg van de gids. Toen Hugo drie jaar geleden voor 't eerst naar Wéris kwam kreeg hij veel zin om zich te documenteren over de streek. Hij bundelde zijn informatie in een dikke farde... Bij zijn afreis zaterdag in de vooravond nodigde hij ons allemaal uit voor een stadsbezoek aan Antwerpen waar hij stadsgids is. Zal op een zaterdag half september gebeuren!

Lekkere taartjes uit de artisanale dorpsbakkerij waren een traktatie van enkele deelnemers; in dank aanvaard. Rustig keuvelen en nog geen groepsactiviteiten.

Uit traditie gingen we met enkelen naar de dorpskerk om een gebeurtenis bij te wonen, een dorpsbijeenkomst is dat waar men vóór en na kussen geeft en gezellig samen praat. De begeleider kwam zeggen dat het een viering was “sans prêtre”. De gezangen waren ritmischer dan in Vlaanderen.

In het avondprogramma massage was voorzien: massage les voor nieuwkomers, uitwisseling voor gevorderden en warme keien voor wie enkel wil genieten van die warmte. Geen les in technieken maar symbolisch les in genieten voor wie koos voor uitwisseling en drie personen voor de variatie van hotstone massage. En Leo genoot van zijn muziek.

Zondag 28 april

Goedemorgen! Geen ochtendsnoezelen. Iets langer slapen op zondagmorgen. Broodjes en croissants. Afspraken gemaakt voor het programma. Eerste meditatief onderonsje in de werkruimte. Tegenpool van de ambiance die er vaak helemaal is. Even stilte in jezelf met enige randverschijnselen als hulpmiddel zoals de muziek en de gesproken suggesties rond ademhaling, inzicht in opeenvolgende aandachtspunten in ons brein en lijf, een visualisatie van de cd Inge Ketels (Bureau Stroom in Genk) over “Gedragen worden” en even nabespreken om iedereen de kans te geven iets te delen over gewaarwordingen. Pauze vóór het middageten.

Namiddag op uitstap naar “Het Molenhuis” in Bérismenil, een vakantie- en groepsverblijfsruimte waar tal van activiteiten doorgaan, zowel door de vzw als door particuliere groepen georganiseerd. Een bekoorlijke locatie aan de rand van het bergriviertje La Belle Meuse, maar met minder comfort dan we gewoon zijn in Wéris. Een kort bezoek aan La Roche kon niet ontbreken omdat we daar op een boogscheut van af waren. Al volop toeristisch daar ondanks het minder zonnig weer.

“Le Marché du Druïde” bood artisanale producten aan rechtstreeks verkocht door plaatselijke producenten.

Bij terugkomst in Barvaux bezochten we een frituur en de prijs-kwaliteitverhouding was daar prima met vooral goede verse friet en een patron die de Vlamingen respecteerde voor hun topwielrenners. Bij deze gelegenheid werd de roemvermindering van Tom Boonen betreurd.

Het avondprogramma bracht een inbreng van Ria: een uurtje adem-, houding- en bewegingsoefeningen met in het bijzonder aandacht voor de houding van de rug en de beweeglijkheid van bekken, schouders en hoofd. Daarna was er massage-les, -uitwisseling en relaxatie door middel van warme stenen.

Maandag 29 april

Bij het ontwaken, voor wie wilde, was er rustige muziek en één enkel luisterlied, “De stem van je hart”. De verjaardag van Lea gaf Leo de gelegenheid om enkele toepasselijke liedjes uit zijn installatie te toveren.

De voormiddagssessie beperkte zich tot een half uurtje mix van snoezelmuziek en drie luisterliedjes: “Niemandslaan” van Katrien Van-

denhoudt, “L'Ombre de la Lune” van Franco Battiato en “De Zeven Tuinen” van Elly (van het duo Elly en Rikkert Zuidervelt). Dit laatste ging over de symboliek van een boom waaraan mensen als blaadjes geboren worden en zeven fazen in hun leven doormaken. Hierbij aansluitend een meditatie uit de cd van Inge Ketels: “Stevig als een boom”, voeten geworteld in de grond en zo stevig in het leven staan... Voor wie wilde, volgde een voormiddagwandeling omdat te profiteren viel van de zon die zich liet zien. Ik deed een inhaalbeweging om mijn verslag te vervolledigen en achteraf ging ik op wandel in het dorp en ontmoette toevallig “de druïde van Heyd”, Renaat de Jonghe.



Meér dan tien jaar geleden gidste hij groepen, ook die van mij. Hij is in de loop der jaren daarmee gestopt omdat sommige deelnemers hem niet ernstig namen. Ik kocht destijds vijf audio-cd's met spirituele sjamanistische liederen, geluiden en klanken die hij improviserend registreerde met so-

bere apparatuur. Unieke exemplaren die ik soms gebruik bij meditatie. Lieve en ik konden in La Maison des Megalithes met hem een tijd praten en daar vertelde hij historisch-geografische wetenswaardigheden. Het is omdat hij mij nog herkende van vroeger en Lieve van rondleidingen die hij nog deed toen nabij het Molenhuis waar zij ook bij was, dat hij los kwam en informatie gaf.

Pas 30.000 jaar v. Chr. is de mens, de homo sapiens tot onze streken kunnen doordringen en verdween de aapmens. De ijsskap in westelijke richting is later gesmolten dan in noordoostelijke richting Kaukasus (100.000 v. Chr.). IJsmassa's en onbewoonbaarheid schoven op in noordelijke richting, pas 10.000 – 7.000 v.Chr. tot in Noord-Europa. De Somme-beschaving was in Wéris tot 5000 v. Chr. Later kwamen de Kelten (3000 v.Chr.), die de dolmens een andere bestemming hebben gegeven: van rituele plaatsen werden het begraafplaatsen. Twee grote steengroeven werden in omvang verkleind door de Kelten en andere volkeren later, om een overvloed van blikseminslagen en dus agressie onder de mensheid te verminderen.

Verder vertelde Renaat dat hij in visioenen in contact staat met oude beschavingen uit Armenië en dat in de Stille Oceaan een heel oude, rijke beschaving - zoals Atlantis er ook een was - is verdwenen door

een natuurramp. Vroegere uitwijkingen van dat Rijk overleefden in Zuid Amerika, Afrika en Azië.

Dit intermezzo sluit ergens aan bij de uitleg van Hugo. Vraag aan hem om deze extra informatie van Renaat misschien te vergelijken met zijn bevindingen?

De andere wandelaars waren verdwaald en kwamen in Fanzel aan, verder dan verwacht.

Mijn impressie vanuit de toevallige ontmoeting met Renaat, de druïde van Heyd:

We hebben ons begeven voorbij de grens van de realiteit in het gesprek met hem. De 5 cd's die ik kocht bij hem tien jaar geleden met zijn authentieke druïdentaal en -gezangen, zijn unieke pareltjes van spiritualiteit. Als ik delen laat horen is men erdoor verrast. Wie zich kan openen voor dit ongewone van zijn zeggingskracht, is ontvankelijk voor spiritualiteit en mystiek: een sfeer en thema's aanreiken en maar fragmentarisch begrepen worden. Het speciaal boeiende is dat dit voldoende is. De toehoorder heeft de opdracht om zelf veel in te vullen: interpretaties, eigen impressies en nieuwe “wegen”. Gedachten van anderen gaan door je eigen “zeef” en wat overblijft voorbij de mazen van het net, is als “zaad” voor eigen verdere teelt... Dat puur product plant je in je hart en dan krijg je het ontkiemen van een sensatie. Deze bevruchting is ver verwijderd van dat andere zaad. In beide lozingen is er een stuntelig verloop omdat wij denken meesters te zijn in transformatie in een vorm die wij de ideale vinden. Meestal is ons ego fout en komt er een resultaat dat anders is dan gepland. Wat Renaat ook vertelde over het verdronken continent diep in de Stille Oceaan, de zeef filtert zijn realiteit en fantasie. Zoals ik toon wat bij mij overblijft door middel van deze impressie.

's Middags vertrok al iemand waardoor de groep verminderde tot zeven; met dat aantal vertrokken we ook in Hasselt. De personen zijn niet meer dezelfde van toen door de wisseling op vrijdag 26 april. Namiddag al stilaan begonnen met inpakken omdat ik alle materiaal niet in één rit thuis zou krijgen. Ik mocht van de huisbaas op 1 mei de rest komen halen, zodat ik het programma normaal kon afwerken en niet vlugger moest vertrekken voor een extra rit.

Ria amuseerde de groep met losmaak oefeningen, ik schreef mijn verhaal en we aten worst met rode kool. Een attentie voor de jarige mocht niet ontbreken in de vorm van een wenskaart “en français”.

's Avonds vrij rustig. Laten genieten van nog een massageles en vooral geluisterd naar de muziek van Leo.

Dinsdag 30 april

Het einde was in zicht. Langer geslapen allemaal. Pas na het ontbijt een uurtje meditatie met een mix van technieken. Zintuiglijke waarneming allereerst, gecombineerd met (goede) ademhaling. Verder een combinatie van autogene training en spierspanning en -ontspanning. Klanken en twee nummers uit de cd “Kracht van gedachten” van Inge Ketels: “Vreugdevol leven” en “Nu en toekomst”.

Als evaluatie hoorden we dat zeker groep 2 te klein in aantal was om “groep” te noemen, om een echte groepssfeer gewaar te worden. Misschien de formules “stil” en “dynamisch” herzien? Opruimen alweer en enkele suggesties voor de huisbaas opgeschreven. Een dankjewel aan de chauffeurs van de auto's die materiaal meenamen tot in Paal.



Achteraf...

Een liedtekst werd gemaild door iemand als een meditatieve nabeschouwing:

”Tussen de liefde en de leegte” (Stef Bos):

*“Ik blijf mijn hele leven reizen
Ik volg de wegen van de twijfel
Ik zoek naar wat ik nooit zal vinden
Want ik wil dwars door de dood heen zingen
Ik wil proberen iets te maken
Ik wil niet breken, ik wil niet haten
Maar op zoek naar mooie woorden
Heb ik de liefde vaak verloren*

*Ik ben altijd onderweg
Ik ben altijd onderweg
Ik leef onrustig en onzeker
Tussen de liefde en de leegte
Ik ben altijd onderweg
Ik ben altijd onderweg
Ik leef onrustig en onzeker
Tussen de liefde en de leegte*

*Dit is geen leven om te delen
En toch is heel mijn hart van jou
Maar laat me niet teveel beloven
Want ik blijf mijn dromen trouw
En ik wil nog zoveel woorden zingen
Het is een passionele drang
Ik wil alleen
En alleen bij jou zijn
Maar ik vind nooit de balans
Dus ik blijf altijd onderweg
Ik blijf altijd onderweg
Ik reis onrustig en onzeker
Tussen de liefde en de leegte
Ik ben altijd onderweg
Ik blijf altijd onderweg
Ik reis onrustig en onzeker
Tussen de liefde en de leegte”*

En een tekst uit een boek over dit thema, het nieuwe boek van Paulo Coelho, “Manuscript uit Accra”. De letters dansen voor je ogen, je blijft je verwonderen over het spel der woorden, verrast door zijn krachtige eenvoud en wijsheid. Het is een zoektocht naar antwoorden op de grote dwingende levensvragen. De rol van liefde, verlies, eenzaamheid, angst, trouw, seks, de toekomst ... het zijn onderwerpen die herkenbaar zijn, geen recepten voor een gelukkig bestaan, maar een blik op het leven. Niemand weet wat het lot voor ons in petto heeft. Kennis is niet de absolute waarheid over leven of dood, maar datgene wat ons helpen zal om te leven en om de uitdagingen van alledag aan te gaan. Leven, leer je door het leven niet te dwingen:

“Het hoogste doel van het leven is liefhebben.

De rest is stilte.

Liefhebben is pure noodzaak.

Zelfs al leidt dat ons naar het land waar de meren uit tranen bestaan.

O geheime, mysterieuze plek, land der tranen!

De tranen spreken voor zich.

En als we denken dat we alle tranen gehuild hebben die we moesten huilen, houdt de stroom nog niet op.

En als we denken dat ons leven 1 lang tranendal zal worden, zijn de tranen plotseling weg.

Omdat we erin slaagden ons hart open te houden ondanks ons verdriet.

Omdat we ontdekten dat degene die vertrok niet de zon meenam en ook geen duisternis in zijn plaats achterliet.

Hij vertrok alleen maar

en in elk vaarwel klinkt hoop.

Beter de Liefde gekend en verloren te hebben dan nooit te hebben liefgehad.”

Met dank aan alle deelnemers van de lentedagen in Wéris in april 2013.

Jef Houbrechts.