

Onderwerpen scheurkalender 2023 – per maand

- 1 DE NATUUR ALS REISGENOOT | QUOTE / PELGRIMSREIS
- 2 DE NATUUR ALS ENERGIEBRON | TIJD VAN LEVEN
- 3 DE NATUUR ALS STILTEBRON | MAANDAFFIRMATIES
- 4 DE NATUUR IN VERWONDERING | NATUURBELEVING
- 5 DE NATUUR ALS SPIRITUELE BRON | BEZIELD TUINIEREN
- 6 DE NATUUR ALS REISGENOOT | QUOTE / PELGRIMSREIS
- 7 DE NATUUR IN VERBINDING | KRACHTDIENEN
- 8 DE NATUUR ALS HELER | KRUIDENTHEE
- 9 DE NATUUR ALS SPIEGEL | JE EIGEN NATUUR
- 10 DE NATUUR IN AANDACHT | NATUURLIJKE MINDFULNESS
- 11 DE NATUUR ALS STILTEBRON | VISUALISATIE
- 12 DE NATUUR ALS REISGENOOT | QUOTE / PELGRIMSREIS
- 13 DE NATUUR ALS SYMBOOL | BOMEN
- 14 DE NATUUR IN ALS CREATIEBRON | CREATIEF TEKENEN
- 15 DE NATUUR IN VERWONDERING | NATUURBELEVING
- 16 DE NATUUR ALS SPIEGEL | LEVEN MET DE MAAN
- 17 DE NATUUR IN AANDACHT | NATUURLIJKE MINDFULNESS
- 18 DE NATUUR ALS REISGENOOT | QUOTE / PELGRIMSREIS
- 19 DE NATUUR ALS CREATIEBRON | CREATIEF SCHRIJVEN
- 20 DE NATUUR ALS VOEDINGSBRON | EETBARE WILDE PLANTEN
- 21 DE NATUUR IN BALANS | VOOR NIETS GAAT DE ZON OP
- 22 DE NATUUR IN VERWONDERING | NATUURBELEVING
- 23 DE NATUUR IN KUNST | KUNSTZINNIGE BEZIELING
- 24 DE NATUUR ALS REISGENOOT | QUOTE / PELGRIMSREIS
- 25 DE NATUUR ALS STILTEBRON | MEDITATIE
- 26 DE NATUUR ALS CREATIEBRON | CREATIEF MET NATUURLIJK MATERIAAL
- 27 DE NATUUR ALS VOEDINGSBRON | EETBARE TUINPLANTEN
- 28 DE NATUUR IN AANDACHT | NATUURLIJKE MINDFULNESS
- 29 DE NATUUR ALS THERAPEUT | KLEUREN VAN DE AARDE
- 30 DE NATUUR IN AANDACHT | BUITENYOGA
- 31 DE NATUUR IN DE FEESTDAGEN | FOLKLORE EN RITUELEN

zondag

1

WEEK 52

Nieuwjaarsdag

januari

DE NATUUR ALS REISGENOOT | QUOTE

**It's morning,
and again I am that lucky
person who is in it.**

Mary Oliver, Amerikaanse dichteres
1935-2019



Elke dag een stap, in alle rust, op je reis door de seizoenen. Elke dag een stap, dichterbij verwondering. Het brengt je vandaag bij de eerste voorzichtige stappen in het nieuwe jaar 2023. Sta eerst eens stil, kijk om je heen en neem innerlijk afscheid van het oude jaar. Wat is geweest komt niet weer terug, er waren mooie momenten, maar ook verdriet, pijn en boosheid. Misschien kun je het daar laten, in het oude jaar.

Voor je ligt een nieuw jaar, neem een ferme stap voorwaarts of een kleine, voorzichtige stap richting de toekomst, maar net hoe het voor jou voelt. Je kan er een symbolische pelgrimsreis van maken of een fysieke tocht waarin je op zoek gaat naar wat jou raakt. Er liggen oneindige mogelijkheden op je te wachten waarin je jouw eigenheid mag ontfouwen en jouw innerlijk potentieel mag verwezenlijken. Het pad glanst je tegemoet, het is jouw unieke pad.

vrijdag

WEEK 14

Goede Vrijdag

7
april

DE NATUUR IN VERBINDING | KRACHTDIENEN

Hommel

Krachtdieren kun je ervaren als raadgevers in je leven, vanuit de oudheid werden ze gezien als boodschappers van de geestelijke wereld. Ze hebben eigenschappen waaraan je kracht kunt ontleen of die een boodschap voor je meebrengen die je op dat moment nodig hebt.

Een ontmoeting met een hommelmogelijk vanaf het vroege voorjaar, bij elke bloem kun je een hommelmogelijk verwachten. Erbij blijven en kijken hoe zijn tong de nectar opneemt is een prachtig moment. Je kunt het nakijken terwijl het weer verder vliegt met zijn zachte harige rug vol stuifmeel, waarmee het een volgende bloem bevrucht. Hommelmogelijk hebben drie seizoenen lang bloemen nodig, omdat ze geen voorraad honing aanleggen zoals de bij.

Symbolisch staat de hommelmogelijk als boodschapper van de geheimen van het leven, dienstbaarheid, samenwerking, creativiteit, rijkdom, wijsheid, onsterfelijkheid en wedergeboorte. De Russische componist Rimski-Korsakov heeft 'De vlucht van de hommelmogelijk' uitgebeeld met piano en cello.



Hommels maken hun nest in de grond. Het houdt met zijn dikke behaarde vacht goed zijn lichaamswarmte vast en kan zich daardoor goed aanpassen en eerder vliegen bij koudere temperaturen, mede doordat het door het trillen van de borstspieren de temperatuur kan verhogen. Door zijn zachte vacht nodigt het uit tot aaien, maar hommels kunnen ook steken en sterven dan omdat de angel achterblijft.

De symboliek van de hommel is vanuit de oudheid onwetendheid en ongekende mogelijkheden. Het geeft aan dat het tijd is voor verandering, het opruimen van wat oud is, zelfreflectie en je dromen realiseren. Je basis, je veilige nest, is de plek waar je jouw energie in balans kan houden.

De naam hommel komt vanuit het Nederduitse *hummel* dat 'zoemer' betekent, ook de afgeleide Latijnse naam komt uit het Grieks en betekent 'gebrom'. In het Engels geeft zijn onhandig aandoende manier van vliegen zijn naam 'lompe bij' oftewel *bumble-bee*.

woensdag

31
mei

WEEK 22

DE NATUUR IN AANDACHT | NATUURLIJKE MINDFULNESS

Thermiek

Boven het open veld zie je met regelmaat roofvogels vliegen, op zoek naar hun prooi. Valkjes staan te bidden en loeren met hun scherpe ogen naar bewegingen op de grond. Een buizerd zweeft mee omhoog met de stromingen van de lucht en laat zich horen met een prachtig klagend geluid.

Sta een moment stil als je ze ziet en bekijk hun beweging. Soms zie je er dan zelfs meerdere, achter elkaar aan vliegend en duikelend. Het is telkens weer fascinerend om te zien hoe ze zweven en stil kunnen staan in de lucht.

