

Ondergronds

Ik vind het steeds zo gezellig om een nieuwsbrief naar jullie te schrijven, meestal vanuit onze keuken met zicht op de tuin die er bij elke nieuwsbrief anders uitziet. Momenteel geniet ik van de Gaai die druk zoekende is naar plekjes om zijn eikelvoorraad te begraven. We begrijpen nu waarom er toch zoveel jonge eikjes groeien in onze tuin.

Ik voel een glimlach in mijn hart als ik hem zo ijverig bezig zie. Hij doet het, gewoon omdat het in zijn natuur zit, omdat het herfst is en hij straks eten nodig heeft in de winter.

De seizoenen zijn de wetmatigheden in het leven die nog enig houvast bieden in deze vervreemdende tijden. Tijdens een bosbad deelde iemand hierrond het volgende : "Er is nog zo weinig voorspelbaarheid in de wereld momenteel maar het feit dat ik de bladeren zie verkleuren aan de bomen scheidt me een veilig gevoel."

Van Samhain tot Midwinter beleven we de meest donkere periode van het jaar.

Het is tijd om ondergronds te gaan en jezelf op te krullen aan je eigen wortels. Om soms even afstand te nemen van de nieuwsberichten die op ons af komen en te gaan zakken in de beschermende baarmoeder van moeder Aarde. De blaadjes die vandaag vallen zijn de voeding voor de groeikracht van morgen!

Komende bosbaden staan in het teken van deze bijzondere tijd!

Wees welkom!

[Agenda Barrevoets](#)

Barrevoets in de media

Voor wie de aflevering van Vlaanderen Vakantieland miste: nog te bekijken via deze [link](#)

Samhain

Samhain luidde enkele dagen geleden de start in van de donkerste periode op het jaarwiel. Vandaag is het Lunar Samhain, de nieuwe maan van november die ons uitnodigt om contact te maken met de natuurlijke wereld en met ons eigen donkere kantjes.

Tijdens deze donkere periode zijn we meer in contact met onze intuïtie, met ons wilde zelf en ook met die delen van onszelf die we graag in het donker houden. Ik denk aan onze angsten, frustraties, projecties, kleine stemmetjes en blinde vlekken. In elk van hen zit een spiegel, een andere kant van de medaille. Door ze te omarmen kunnen ze transformeren en dienen als voeding voor het licht dat terug komt.

Angst kan moed worden, frustraties kunnen andere kansen tonen, kleine stemmetjes veranderen in grote raadgevers en de blinde vlekken worden wegwijzers...

Samhain en de komende donkere periode zijn net daarom zo waardevol. Net zoals we kaarsen en het haardvuur laten branden kunnen we ook in onszelf lichtjes laten schijnen op onze donkere delen.

DIY uitnodiging

Maak je eigen herfst mandala: ook heel leuk om samen met kinderen te doen.

Nu de blaadjes op zijn mooist kleuren en de bosgrond bezaaid ligt met prachtige natuurschatten is het een ideale moment om een mandala te maken.

Mandala stamt uit het Sanskriet en betekent letterlijk 'magisch wiel'. Door hun cirkel -of spiraalvorm maken ze ons bewust van de oneindigheid van het leven en hoe alles met elkaar verbonden is.

- * Zoek een plaatsje in het bos waar je de mandala wil maken en verzamel dan het materiaal dat je wil gaan gebruiken: takjes, veertjes, dennenappels, kastanje noten, kleurrijke blaadjes. Gebruik alleen wat los op de grond ligt!
 - * Maak dan eerst de buitenste cirkel en leg iets in het midden, vandaaruit laat je je creativiteit de vrije loop
 - * Terwijl je het materiaal verzamelt wees je bewust van de geuren die vrijkomen, de textuur van het materiaal, de kleuren: laat al je zintuigen actief meewerken tijdens het creëren
 - * Misschien kan je de mandala vanuit een bepaalde intentie voor jezelf, de ander of het bos
- * Stuur me gerust een foto van je resultaat <3

*** YULE RETREAT ***

Binnenkort organiseren we een YULE RETREAT in de Ardennen bij de oude stenen in Wéris.

Het wordt een heel bijzonder, warm en gezellig weekend en ik maak er al graag even reclame voor.

Wat mag je verwachten:

- * Een weekend all-in in het fantastische vakantiehuis [Druyard](#)
- * Lokaal en bio maaltijden, thee/koffie/sap inbegrepen
- * Het maken van je eigen Medicijndrum onder professionele begeleiding van [Veerle Cuyx](#)
 - * Ruimte voor ceremonie en deelrondes
- * Midwinterbosbad in de prachtige omgeving door [Barrevoets](#)
 - * Keltische verhalen bij het vuur

Wanneer: Vrijdag 17/12 om 15u tot zondag 19/12 rond 14u.

Max 9 personen.

Inschrijven en meer info via info@barrevoets.be